

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Tinjauan Teori**

##### **1. Pendidikan Kesehatan**

###### **a. Pengertian**

Pendidikan kesehatan adalah suatu kegiatan atau penyampaian pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu dengan harapan dengan adanya penyampaian pesan tersebut maka masyarakat, kelompok ataupun individu bisa mendapatkan pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik, dan pengetahuan tersebut diharapkan dapat berpengaruh terhadap perilaku dengan kata lain dengan adanya pendidikan tersebut diharapkan mampu membawa akibat pada perubahan perilaku kesehatan dan sasaran (Notoatmodjo, 2005).

Menurut WHO (2009) promosi kesehatan adalah suatu proses untuk mencapai keadaan fisik, mental dan kesejahteraan sosial. Individu atau kelompok harus mampu mengetahui dan mewujudkan keinginan, memenuhi kebutuhan dan mengubah atau mengatasi lingkungan. Oleh karena itu, promosi kesehatan bukan hanya tanggung jawab sektor kesehatan tetapi juga individu atau masyarakat.

**b. Ruang Lingkup Pendidikan Kesehatan**

Ruang lingkup pendidikan kesehatan menurut Notoadmodjo (2007), antara lain :

**a. Institusi Pelayanan**

Institusi pelayanan meliputi: Rumah Sakit, Puskesmas, Rumah Bersalin, Klinik dan sebagainya yang dapat diberikan secara langsung kepada individu maupun kelompok mengenai penyakit, perawatan, pencegahan penyakit dan sebagainya, dan dapat juga diberikan secara tidak langsung misalnya melalui poster, gambar-gambar dan sebagainya.

**b. Masyarakat**

Supaya pendidikan kesehatan di masyarakat dapat mencapai hasil yang diharapkan, diperlukan perencanaan yang matang dan terarah sesuai dengan tujuan program pendidikan kesehatan masyarakat berdasarkan kebutuhan kesehatan masyarakat setempat.

**c. Tujuan Pendidikan Kesehatan**

Menurut Notoatmodjo (2007), tujuan pendidikan kesehatan adalah meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan baik fisik, mental dan sosialnya sehingga produktif secara ekonomi maupun sosial.

#### d. Sasaran Pendidikan Kesehatan

Sasaran pendidikan kesehatan adalah siswa sekolah dasar kelas IV. Yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok metode demonstrasi dan media video.

### 2. Metode Demonstrasi

#### a. Pengertian Metode Demonstrasi

Abdul Majid (2013) mengemukakan demonstrasi merupakan salah satu metode yang cukup efektif karena membantu siswa untuk mencari jawaban dengan usaha sendiri berdasarkan fakta atau data yang benar. Metode demonstrasi merupakan metode penyajian pelajaran dengan memperagakan dan mempertunjukkan kepada siswa tentang suatu proses, situasi, atau benda tertentu, baik sebenarnya atau hanya sekedar tiruan.

Saiful Sagala (2013) mengemukakan metode demonstrasi merupakan petunjuk tentang proses terjadinya suatu peristiwa atau benda sampai pada penampilan tingkah laku yang dicontohkan agar dapat diketahui dan dipahami oleh peserta didik secara nyata.

#### b. Tujuan dan Fungsi Metode Demonstrasi

Tujuan pokok penggunaan metode demonstrasi menurut Roestiyah adalah untuk memperjelas pengertian konsep, dan memperlihatkan (meneladani) cara melakukan sesuatu atau proses terjadinya sesuatu. Ditinjau dari sudut tujuan penggunaannya dapat

dikatakan bahwa metode demonstrasi bukan metode yang dapat diimplementasikan dalam proses belajar mengajar secara independen. Melihat kenyataan tersebut, maka metode demonstrasi ini tepat digunakan apabila bertujuan untuk :

- a) Memberikan ketrampilan tertentu,
- b) Penjelasan sebab penggunaan bahasa lebih terbatas,
- c) Menghindari verbalisme, membantu peserta didik dalam memahami dengan jelas, jalannya suatu proses dengan penuh perhatian sebab lebih menarik.

Menurut Syaiful Sagala (2011) tujuan pengajaran menggunakan metode demonstrasi adalah untuk memperlihatkan proses terjadinya suatu peristiwa sesuai materi ajar, cara pencapaiannya, dan kemudahan untuk dipahami oleh siswa dalam pengajaran kelas.

Dengan melihat uraian diatas bahwa metode demonstrasi bertujuan untuk memberikan gambaran atau memperlihatkan suatu proses terjadinya suatu peristiwa sesuai dengan materi ajar agar peserta didik dengan mudah untuk memahaminya.

#### c. Langkah-langkah Menggunakan Metode Demonstrasi

##### a) Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan ada beberapa hal yang harus dilakukan yaitu :

- Merumuskan tujuan yang harus dicapai oleh siswa setelah proses demonstrasi berakhir.
- Menyiapkan garis besar langkah-langkah demonstrasi yang akan dilakukan.
- Melakukan uji coba.

b) Tahap Pelaksanaan

1) Langkah Pembukaan

Sebelum demonstrasi dilakukan ada beberapa hal yang harus diperhatikan, di antaranya :

- Mengatur tempat duduk yang memungkinkan semua siswa dapat memperhatikan dengan jelas apa yang didemonstrasikan.
- Mengemukakan tujuan apa yang harus dicapai oleh siswa.
- Mengemukakan tugas-tugas apa yang harus dilakukan oleh siswa, misalnya siswa ditugaskan untuk mencatat hal-hal yang dianggap penting dari pelaksanaan demonstrasi.

2) Langkah Pelaksanaan Demonstrasi

- Mulailah dengan kegiatan-kegiatan yang merangsang siswa untuk berfikir, misalnya melalui pertanyaan-pertanyaan yang mengandung teka-teki sehingga

mendorong siswa untuk tertarik memperhatikan demonstrasi.

- Ciptakan suasana yang menyegarkan dengan menghindari suasana yang menegangkan.
- Yakinkan bahwa semua siswa mengikuti jalannya demonstrasi dengan memerhatikan reaksi seluruh siswa.
- Berikan kesempatan kepada siswa untuk secara aktif memikirkan lebih lanjut sesuai dengan apa yang dilihat dari proses demonstrasi.

### 3) Langkah-langkah Mengakhiri Demonstrasi

Apabila demonstrasi selesai dilakukan proses pembelajaran perlu diakhiri dengan memberikan tugas-tugas tertentu yang berkaitan dengan pelaksanaan demonstrasi dan proses pencapaian tujuan pembelajaran.

Hal ini perlu diperhatikan untuk menyakinkan apakah siswa memahami proses demonstrasi atau tidak. Selain memberikan tugas yang relevan, ada baiknya guru dan siswa melakukan evaluasi bersama tentang jalannya proses demonstrasi untuk kedepannya.

Menurut Muhammad Ali (2010) langkah-langkah penerapan metode demonstrasi adalah sebagai berikut :

- a. Merumuskan kecakapan atau ketrampilan yang hendak dicapai setelah demonstrasi,

- b. Mempertimbangkan penggunaan metode yang tepat dan efektif untuk mencapai tujuan yang dirumuskan,
- c. Memilih alat yang mudah didapat, dan mencobanya sebelum didemonstrasikan supaya tidak gagal saat diadakan demonstrasi,
- d. Menetapkan langkah-langkah yang akan dilaksanakan
- e. Memperhitungkan waktu yang tersedia,
- f. Pelaksanaan demonstrasi
- g. Membuat perencanaan penilaian terhadap kemajuan peserta didik.

Langkah-langkah sebagaimana disebutkan di atas akan dapat mengantarkan peserta didik untuk memperoleh pemahaman dan kecakapan sesuai dengan tujuan demonstrasi.

d. Kelebihan Metode Demonstrasi

Sebagai suatu metode pembelajaran, metode demonstrasi memiliki beberapa kelebihan di antaranya :

- a) Melalui metode demonstrasi, terjadinya verbalisme akan dapat dihindari karena siswa disuruh langsung memerhatikan bahan pelajaran yang dijelaskan.
- b) Proses pembelajaran akan lebih menarik karena siswa tak hanya mendengar, tetapi juga melihat peristiwa yang terjadi
- c) Dengan cara mengamati secara langsung, siswa akan memiliki kesempatan untuk membandingkan antara teori dengan

kenyataan maka siswa akan lebih meyakini kebenaran materi pembelajaran.

#### e. Kelemahan Metode Demonstrasi

Selain beberapa kelebihan, metode demonstrasi juga memiliki beberapa kelemahan, di antaranya :

- a) Metode demonstrasi memerlukan persiapan yang lebih matang karena tanpa persiapan yang memadai demonstrasi bisa gagal sehingga dapat menyebabkan metode ini tidak efektif lagi. Untuk menghasilkan pertunjukkan suatu proses tertentu guru harus beberapa kali mencobanya terlebih dahulu sehingga dapat memakan waktu yang banyak.
- b) Demonstrasi memerlukan peralatan, bahan-bahan, dan tempat yang memadai yang berarti penggunaan metode ini memerlukan pembiayaan yang lebih mahal dibandingkan dengan ceramah.
- c) Demonstrasi memerlukan kemampuan dan keterampilan guru profesional. Disamping itu, demonstrasi juga memerlukan kemauan dan motivasi guru yang bagus untuk keberhasilan proses pembelajaran siswa.

### 3. Media Video

#### a. Pengertian Media Video

Video merupakan elemen multimedia paling kompleks karena penyampaian informasi yang lebih komunikatif dibandingkan gambar

biasa. Dalam video, informasi disajikan dalam kesatuan utuh dari objek yang dimodifikasi sehingga terlihat saling mendukung penggambaran yang seakan terlihat hidup.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, video merupakan rekaman gambar hidup atau program televisi untuk ditayangkan lewat pesawat televisi, atau dengan kata lain video merupakan tayangan gambar bergerak yang disertai dengan suara. Video sebenarnya berasal dari bahasa Latin, video-vidi-visum yang artinya melihat (mempunyai daya penglihatan); dapat melihat. Media video merupakan salah satu jenis media audio visual. Media audio visual adalah media yang mengandalkan indera pendengaran dan indera penglihatan. Media audio visual merupakan salah satu media yang dapat digunakan dalam pembelajaran menyimak. Media ini dapat menambah minat siswa dalam belajar karena siswa dapat menyimak sekaligus menyimak gambar.

Azhar Arsyad (2011) menyatakan bahwa video merupakan gambar-gambar dalam frame, dimana frame demi frame diproyeksikan melalui lensa proyektor secara mekanis sehingga pada layar terlihat gambar hidup. Dari pengertian di atas dapat disimpulkan, bahwa video merupakan salah satu jenis media-audiovisual yang dapat menggambarkan suatu objek yang bergerak bersama-sama dengan suara alamiah atau suara yang sesuai. Kemampuan video melukiskan gambar hidup dan suara memberikan daya tarik tersendiri.

Video dapat menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat atau memperpanjang waktu, dan mempengaruhi sikap.

Berdasarkan pengertian menurut beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa video merupakan salah satu jenis media audio-visual dan dapat menggambarkan suatu objek yang bergerak bersama-sama dengan suara alamiah atau suara yang sesuai. Video menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat atau memperpanjang waktu, dan mempengaruhi sikap.

b. Tujuan Penggunaan Media Video dalam Pembelajaran

Ronal Anderson, (1987) mengemukakan tentang beberapa tujuan dari pembelajaran menggunakan media video yaitu mencakup tujuan kognitif, afektif, dan psikomotor. Ketiga tujuan ini dijelaskan sebagai berikut :

a) Tujuan Kognitif

1. Dapat mengembangkan kemampuan kognitif yang menyangkut kemampuan mengenal kembali dan kemampuan memberikan rangsangan berupa gerak dan sensasi.
2. Dapat mempertunjukkan serangkaian gambar diam tanpa suara sebagaimana media foto dan film bingkai meskipun kurang ekonomis.

3. Video dapat digunakan untuk menunjukkan contoh cara bersikap atau berbuat dalam suatu penampilan, khususnya menyangkut interaksi manusiawi.

b) Tujuan Afektif

Dengan menggunakan efek dan teknik, video dapat menjadi media yang sangat baik dalam mempengaruhi sikap dan emosi.

c) Tujuan Psikomotorik

1. Video merupakan media yang tepat untuk memperlihatkan contoh keterampilan yang menyangkut gerak. Dengan alat ini diperjelas baik dengan cara memperlambat ataupun mempercepat gerakan yang ditampilkan.
2. Melalui video siswa langsung mendapat umpan balik secara visual terhadap kemampuan mereka sehingga mampu mencoba keterampilan yang menyangkut gerakan tadi.

Melihat beberapa tujuan yang dijelaskan di atas, dalam pembelajaran video juga bisa dimanfaatkan untuk hampir semua topik, model-model pembelajaran, dan setiap ranah : kognitif, afektif, dan psikomotorik. Pada ranah kognitif, siswa dapat mengobservasi rekreasi dramatis dari kejadian sejarah masa lalu dan rekaman aktual dari peristiwa terkini, karena unsur warna, suara dan gerak di sini mampu membuat karakter berasa lebih hidup. Selain itu dengan melihat video, setelah atau sebelum membaca, dapat memperkuat pemahaman siswa terhadap materi ajar. Pada ranah afektif, video

dapat memperkuat siswa dalam merasakan unsur emosi dan penyikapan dari pembelajaran yang efektif. Pada ranah psikomotorik, video memiliki keunggulan dalam memperlihatkan bagaimana sesuatu bekerja, video pembelajaran yang merekam kegiatan motorik atau gerak dapat memberikan kesempatan pada siswa untuk mengamati dan mengevaluasi kembali kegiatan tersebut.

Video kaya akan informasi untuk diinformasikan dalam proses pembelajaran karena pembelajaran dapat sampai ke peserta didik secara langsung. Selain itu, video menambah dimensi baru dalam pembelajaran, peserta didik tidak hanya melihat gambar dari bahan ajar cetak dan suara dari program audio, tetapi di dalam video, peserta didik bisa memperoleh keduanya, yaitu gambar bergerak beserta suara yang menyertainya.

#### c. Manfaat Penggunaan Media Video dalam Pembelajaran

Manfaat media video menurut Andi Prastowo (2012), antara lain :

- a) Memberikan pengalaman yang tak terduga kepada peserta didik,
- b) Memperlihatkan secara nyata sesuatu yang pada awalnya tidak mungkin bisa dilihat,
- c) Menganalisis perubahan dalam periode waktu tertentu,
- d) Memberikan pengalaman kepada peserta didik untuk merasakan suatu keadaan tertentu, dan

- e) Menampilkan presentasi studi kasus tentang kehidupan sebenarnya yang dapat memicu diskusi peserta didik.

Berdasarkan penjelasan di atas, keberadaan media video sangat tidak disangg长途 di dalam kelas. Dengan video siswa dapat menyaksikan peristiwa yang tidak bisa disaksikan secara langsung, berbahaya, maupun peristiwa lampau yang tidak bisa dibawa langsung ke dalam kelas. Siswa dapat memutar kembali video tersebut sesuai kebutuhan dan keperluan mereka. Pembelajaran dengan media video menumbuhkan minat serta memotivasi siswa untuk selalu memperhatikan pelajaran.

#### d. Kelebihan dan Kelemahan Media Video

Menurut Sanaky (2010), mengemukakan beberapa kelebihan penggunaan media video, antara lain :

##### a) Kelebihan Media Video yaitu :

1. Menyajikan obyek belajar secara konkrit atau pesan pembelajaran secara realistik, sehingga sangat baik untuk menambah pengalaman belajar.
2. Sifatnya yang audio visual, sehingga memiliki daya tarik tersendiri dan dapat menjadi pemicu atau memotivasi pembelajar untuk belajar.
3. Sangat baik untuk pencapaian tujuan belajar psikomotorik.

4. Dapat mengurangi kejemuhan belajar, terutama jika dikombinasikan dengan teknik mengajar secara ceramah dan diskusi persoalan yang ditayangkan.
  5. Menambah daya tahan ingatan atau retensi tentang obyek belajar yang dipelajari pembelajaran.
  6. Portabel dan mudah didistribusikan.
- b) Kelemahan Media Video yaitu :
1. Pengadaanya memerlukan biaya mahal.
  2. Tergantung pada energi listrik, sehingga tidak dapat dihidupkan di segala tempat.
  3. Sifat komunikasinya searah, sehingga tidak dapat member peluang untuk terjadinya umpan balik.
  4. Mudah tergoda untuk menayangkan kaset VCD yang bersifat hiburan, sehingga suasana belajar akan terganggu.

Menurut Arif S. Sadiman, dalam Sinaga (2011), CD pembelajaran sebagai media audiovisual yang menampilkan gerak, semakin lama semakin populer dalam masyarakat kita. Pesan yang disampaikan bisa bersifat fakta (kejadian/peristiwa penting, berita) maupun fiktif (seperti misalnya cerita), bisa bersifat informatif, edukatif maupun instruksional. Sebagian besar tugas film dapat digantikan oleh video, tetapi bukan berarti bahwa CD pembelajaran menggantikan kedudukan film. Kelebihan CD Pembelajaran (berisi audio-visual) sebagai media pembelajaran antara lain :

- 1) Dapat menarik perhatian untuk periode-periode yang dingkat dari rangsangan luar lainnya.
- 2) Sejumlah penonton dapat memperoleh informasi dengan mudah.
- 3) Demonstrasi yang sulit bisa dipersiapkan dan direkam sebelumnya, sehingga pada saat proses belajar mengajar guru bisa memusatkan perhatian pada penyajiannya.
- 4) Menghemat waktu dan rekaman dapat diputar berulang-ulang.
- 5) Kamera bisa mengamati lebih dekat objek yang sedang bergerak atau objek yang berbahaya.
- 6) Keras lemah suara yang ada bisa diatur dan disesuaikan bila akan disisipi komentar yang akan didengar.
- 7) Gambar proyeksi biasa di "bekukan" untuk diamati dengan seksama.
- 8) Guru bisa mengatur dimana dia akan menghentikan gerakan gambar tersebut, kontrol sepenuhnya ditangan guru.
- 9) Ruangan tidak perlu digelapkan sewaktu penyajian.

### 3. Cuci Tangan

#### a. Pengertian Cuci Tangan

Cuci tangan adalah proses membuang kotoran dan debu secara mekanik dari kulit kedua belah tangan dengan memakai sabun dan air (Tietjen, 2004).

Mencuci tangan adalah membasahi tangan dengan air mengalir untuk menghindari penyakit, agar kuman yang menempel pada tangan benar-benar hilang. Mencuci tangan juga mengurangi pemindahan mikroba ke pasien dan menghambat pertumbuhan mikroorganisme yang berada pada kuku, tangan dan lengan (Schaffer, et.al., 2000).

Cuci tangan harus dilakukan dengan baik dan benar sebelum dan sesudah melakukan tindakan perawatan walaupun memakai sarung tangan atau alat pelindung lain. Hal ini dilakukan untuk menghilangkan atau mengurangi mikroorganisme yang ada di tangan sehingga penyebaran penyakit dapat dikurangi dan lingkungan terjaga dari infeksi. Tangan harus dicuci sebelum dan sesudah memakai sarung tangan. Cuci tangan tidak dapat digantikan oleh pemakaian sarung tangan.

b. Tujuan mencuci tangan

Menurut Susiati (2008), tujuan dilakukannya cuci tangan yaitu untuk :

- a) Mengangkat mikroorganisme yang ada di tangan
- b) Mencegah infeksi silang (cross infection)
- c) Menjaga kondisi steril
- d) Melindungi diri dan pasien dari infeksi
- e) Memberikan perasaan segar dan bersih.

### c. Macam-macam Cuci Tangan dan Cara Cuci Tangan

Cuci tangan dalam bidang medis dibedakan menjadi beberapa tipe, yaitu cuci tangan medical (medical hand washing), cuci tangan surgical (surgical hand washing) dan cuci tangan operasi (operating theatre hand washing). Adapun cara untuk melakukan cuci tangan tersebut dapat dibedakan dalam beberapa teknik antara lain sebagai berikut ini :

#### a) Teknik Mencuci Tangan Biasa

Teknik mencuci tangan biasa adalah membersihkan tangan dengan sabun dan air bersih yang mengalir atau yang disiramkan, biasanya digunakan sebelum dan sesudah melakukan tindakan yang tidak mempunyai resiko penularan penyakit.

Peralatan yang dibutuhkan untuk mencuci tangan biasa adalah setiap wastafel dilengkapi dengan peralatan cuci tangan sesuai standar rumah sakit (misalnya kran air bertangkai panjang untuk mengalirkan air bersih, tempat sampah injak tertutup yang dilapisi kantung sampah medis atau kantung plastik berwarna kuning untuk sampah yang terkontaminasi atau terinfeksi), alat pengering seperti tisu, lap tangan (*hand towel*), sarung tangan (*gloves*), sabun cair atau cairan pembersih tangan yang berfungsi sebagai antiseptik, *lotion*

tangan, serta di bawah wastefel terdapat alas kaki dari bahan handuk.

Prosedur kerja cara mencuci tangan biasa adalah sebagai berikut :

1. Melepaskan semua benda yang melekat pada daerah tangan, seperti cincin atau jam tangan.
2. Mengatur posisi berdiri terhadap kran air agar memperoleh posisi yang nyaman.
3. Membuka kran air dengan mengatur temperatur airnya.
4. Menuangkan sabun cair ke telapak tangan.
5. Melakukan gerakan tangan, dimulai dari meratakan sabun dengan kedua telapak tangan, kemudian kedua punggung telapak tangan saling menumpuk, bergantian, untuk membersihkan sela-sela jari.
6. Membersihkan ujung-ujung kuku bergantian pada telapak tangan.
7. Membersihkan kuku dan daerah sekitarnya dengan ibu jari secara bergantian kemudian membersihkan ibu jari dan lengan secara bergantian.
8. Membersihkan (mobilas) tangan dengan air yang mengalir sampai bersih sehingga tidak ada cairan sabun dengan ujung tangan menghadap ke bawah.

9. Menutup kran air menggunakan siku, bukan dengan jari karena jari yang telah selesai kita cuci pada prinsipnya

bersih.

10. Pada saat meninggalkan tempat cuci tangan, tempat

tersebut dalam keadaan rapi dan bersih. Hal yang perlu

diingat setelah melakukan cuci tangan yaitu

mengeringkan tangan dengan *hand towel*.

b) Teknik Mencuci Tangan Aseptik

Mencuci tangan aseptik yaitu cuci tangan yang dilakukan sebelum tindakan aseptik pada pasien dengan menggunakan antiseptik. Mencuci tangan dengan larutan disinfektan, khususnya bagi petugas yang berhubungan dengan pasien yang mempunyai penyakit menular atau sebelum melakukan tindakan bedah aseptik dengan antiseptik dan sikat steril.

Prosedur mencuci tangan aseptik sama dengan persiapan dan prosedur pada cuci tangan higienis atau cuci tangan biasa, hanya saja bahan deterjen atau sabun diganti dengan antiseptik dan setelah mencuci tangan tidak boleh menyentuh bahan yang tidak steril.

### c) Teknik Mencuci Tangan Steril

Teknik mencuci tangan steril adalah mencuci tangan secara steril (suci hama), khususnya bila akan membantu tindakan pembedahan atau operasi.

Peralatan yang dibutuhkan untuk mencuci tangan steril adalah menyediakan bak cuci tangan dengan pedal kaki atau pengontrol lutut, sabun antimikrobial (non-iritasi, spektrum luas, kerja cepat), sikat scrub bedah dengan pembersih kuku dari plastik, masker kertas dan topi atau penutup kepala, handuk steril, pakaian di ruang scrub dan pelindung mata, penutup sepatu.

Prosedur kerja cara mencuci tangan steril adalah sebagai berikut :

1. Terlebih dahulu memeriksa adanya luka terpotong atau abrasi pada tangan dan jari, kemudian melepaskan semua perhiasan misalnya cincin atau jam tangan.
2. Menggunakan pakaian bedah sebagai proteksi perawat yaitu : penutup sepatu, penutup kepala atau topi, masker wajah, pastikan masker menutup hidung dan mulut anda dengan kencang. Selain itu juga memakai pelindung mata.
3. Menyalakan air dengan menggunakan lutut atau kontrol dengan kaki dan sesuaikan air untuk suhu yang nyaman.

4. Membasahi tangan dan lengan bawah secara bebas, mempertahankan tangan atas berada setinggi siku selama seluruh prosedur.
5. Menuangkan sejumlah sabun (2 sampai 5 ml) ke tangan dan menggosok tangan serta lengan sampai dengan 5 cm di atas siku.
6. Membersihkan kuku di bawah air mengalir dengan tongkat orange atau pengikir. Membuang pengikir setelah selesai digunakan.
7. Membasahi sikat dan menggunakan sabun anti-mikrobial. Menyikat ujung jari, tangan, dan lengan :
  - Menyikat kuku tangan sebanyak 15 kali gerakan.
  - Dengan gerakan sirkular, menyikat telapak tangan dan permukaan anterior jari 10 kali gerakan.
  - Menyikat sisi ibu jari 10 kali gerakan dan bagian posterior ibu jari 10 gerakan.
  - Menyikat samping dan belakang tiap jari 10 kali gerakan tiap area, kemudian sikat punggung tangan sebanyak 10 kali gerakan.
  - Seluruh penyikatan harus selesai sedikitnya 2 sampai 3 menit (AORN, 1999 sebagaimana dikutip oleh Perry & Potter, 2000), kemudian bilas sikat secara seksama.

8. Dengan tepat mengingat, bagi lengan dalam tiga bagian.

Kemudian mulai menyikat setiap permukaan lengan bawah lebih bawah dengan gerakan sirkular selama 10 kali gerakan; menyikat bagian tengah dan atas lengan bawah dengan cara yang sama setelah selesai menyikat buang sikat yang telah dipakai.

9. Dengan tangan fleksi, mencuci keseluruhan dari ujung jari sampai siku satu kali gerakan, biarkan air mengalir pada siku.

10. Mengulangi langkah 8 sampai 10 untuk lengan yang lain.

11. Mempertahankan lengan tetap fleksi, buang sikat kedua dan mematikan air dengan pedal kaki.

12. Kemudian mengeringkan dengan handuk steril untuk satu tangan secara seksama, menggerakan dari jari ke siku dan mengeringkan dengan gerakan melingkar.

13. Mengulangi metode pengeringan untuk tangan yang lain dengan menggunakan area handuk yang lain atau handuk steril baru.

14. Mempertahankan tangan lebih tinggi dari siku dan jauh dari tubuh anda.

15. Perawat memasuki ruang operasi dan melindungi tangan dari kontak dengan objek apa pun.

#### d. Moment Cuci Tangan

Mencuci tangan memakai sabun sebaiknya dilakukan sebelum dan setelah beraktifitas. Berikut ini adalah waktu yang tepat untuk mencuci tangan memakai sabun yaitu :

- a. Sebelum dan sesudah makan
- b. Setelah bermain
- c. Sebelum dan sesudah buang air besar dan buang air kecil
- d. Setelah memegang hewan atau kotoran hewan
- e. Setelah mengusap hidung, atau bersin di tangan
- f. Setelah membuang sampah
- e. Langkah-langkah Cuci Tangan

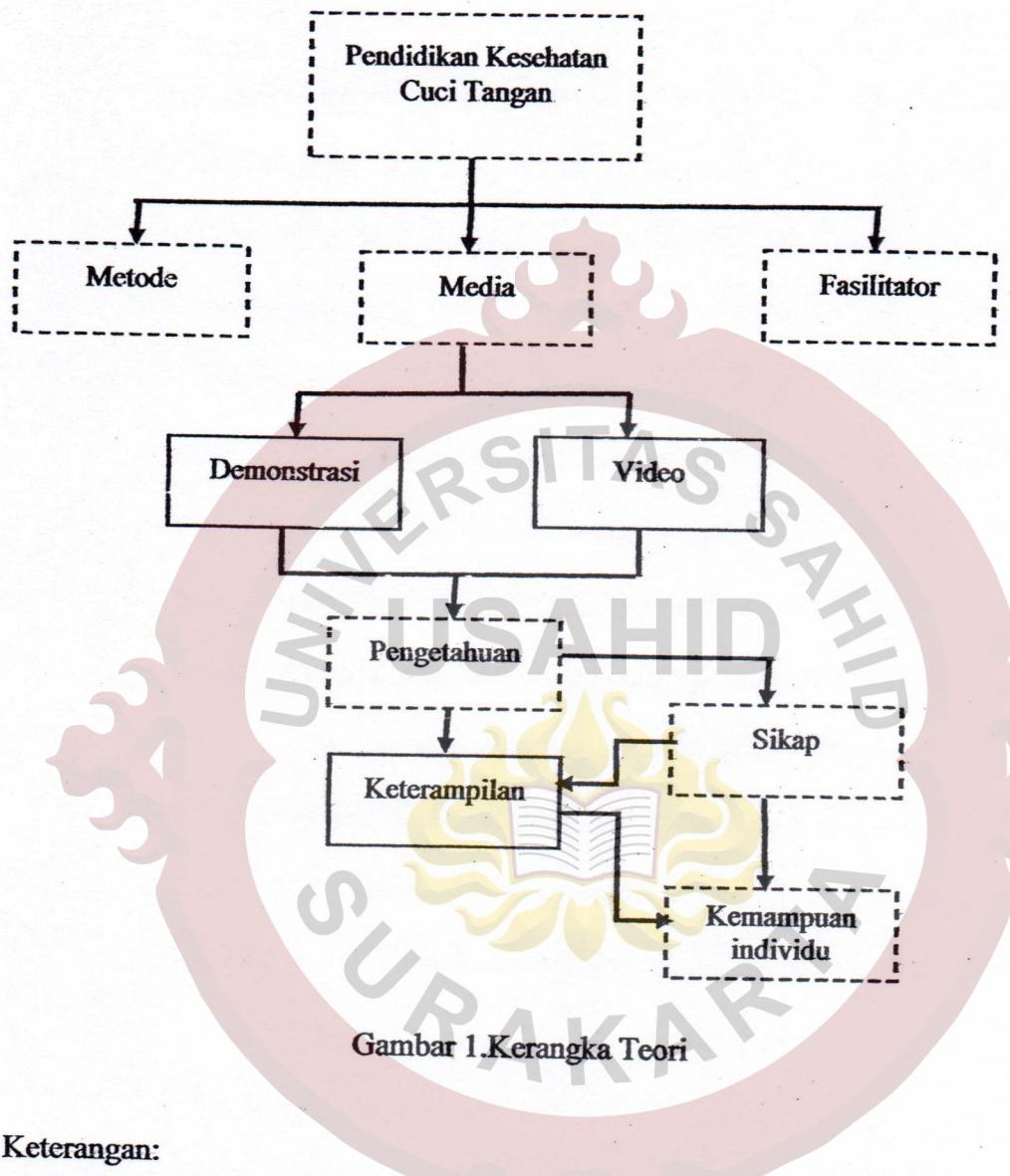
Cuci tangan 7 langkah merupakan cara membersihkan tangan sesuai dengan prosedur yang benar untuk membunuh kuman penyebab penyakit. Dengan mencuci tangan pakai sabun baik sebelum makan ataupun sebelum memulai pekerjaan, akan menjaga kesehatan tubuh dan mencegah penyebaran penyakit melalui kuman yang menempel ditangan.

Adapun keterampilan cuci tangan yang baik dan benar yaitu :

1. Melakukan menaikkan lengan baju, melepas jam tangan.
2. Basahi kedua telapak tangan setinggi pertengahan lengan memakai air yang mengalir.
3. Ambil sabun kemudian usap dan gosokkan ke kedua telapak tangan secara lembut.

4. Ratakan sabun pada seluruh permukaan tangan hingga pergelangan tangan.
5. Gosok kedua telapak tangan secara bergantian dengan arah memutar.
6. Gosok punggung dan sela-sela jari tangan kanan dengan tangan kiri dan sebaliknya.
7. Gosok kedua telapak dan sela-sela jari secara menyilang.
8. Jari-jari sisi dalam dari kedua tangan saling mengunci.
9. Gosok ibu jari kiri berputar dalam genggaman tangan dan lakukan sebaliknya.
10. Gosok dengan memutar ujung jari-jari di telapak tangan kiri dan sebaliknya.
11. Bilas kedua telapak tangan dengan air mengalir.
12. Keringkan kedua telapak tangan dengan handuk kecil atau tissu.
13. Gunakan tissu untuk mematikan aliran air (kran) dan buang tissu pada tempatnya.
14. Tangan kita sudah aman sekarang.

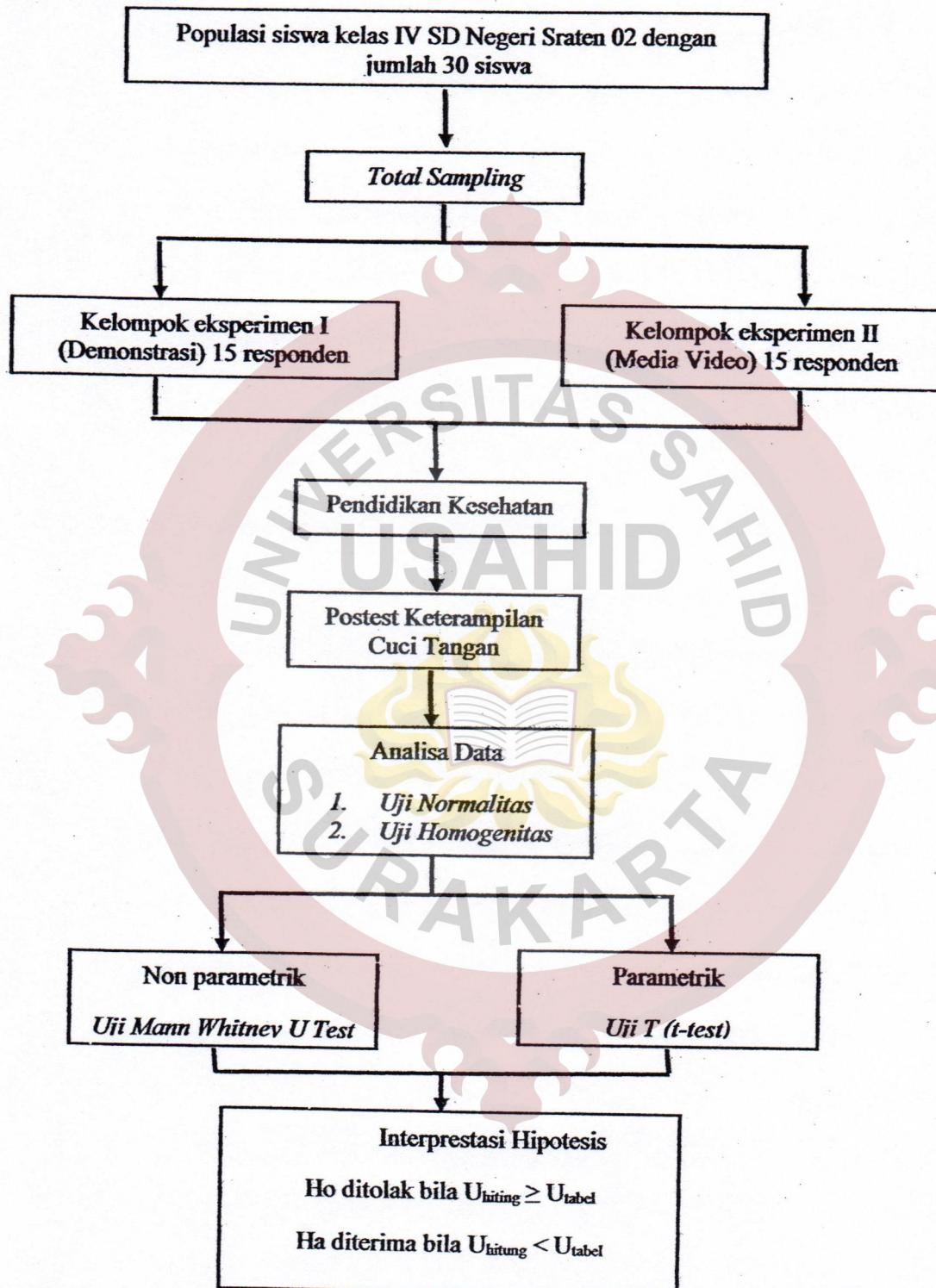
## B. Kerangka Teori



Keterangan:

- : Faktor yang diteliti
- : Faktor yang tidak diteliti

### C. Kerangka Konsep



Gambar II Kerangka Konsep

#### D. Hipotesis Penelitian

“Pendidikan kesehatan media video lebih efektif dibandingkan dengan metode demonstrasi dalam keterampilan cuci tangan pada siswa kelas IV di SD Negeri Sraten 02, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo”

