

# KISAH LISA & KAWAN-KAWAN

CUCI TANGAN PAKAI SABUN AGAR AKU SEHAT



**PENYUSUN**

Yosinta

Dr. Suriah, SKM., M. kes

Muhammad Rachmat, SKM., M. Kes



**DEPARTEMEN PROMOSI KESEHATAN DAN ILMU PERILAKU  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS HASANUDDIN**

## **PENGARAH**

**Dr. Suriah, SKM., M. Kes**

**Muhammad Rachmat, SKM., M. Kes**

**Dian Saputra Marzuki, SKM., M. Kes**

**Dian Sidik Arsyad, SKM., MKM**

**Indra Fajarwati Ibnu, SKM., MA**

## **ILLUSTRATOR**

**Adil Muhammad S. Ds**

## **PENYUNTING**

**A. Besse Sitti Fatimah**

# KATA PENGANTAR

Salah satu cara yang paling baik dan tepat untuk mempertahankan kesehatan kita yaitu mempraktikkan pola hidup sehat. Namun terkadang pula tanpa disadari kita melakukan pola hidup yang tidak sehat disertai dengan tingkat kebersihan yang masih rendah membuat bagian dari tubuh kita dapat terserang penyakit. Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis karena pada usia tersebut seorang anak rentan terhadap masalah kesehatan. Masalah kesehatan yang dihadapi oleh anak usia sekolah pada dasarnya cukup kompleks dan bervariasi. Peserta didik pada tingkat Sekolah Dasar (SD) misalnya, masalah kesehatan yang muncul biasanya berkaitan dengan kebersihan perorangan dan lingkungan sehingga isu yang lebih menonjol salah satunya adalah Cuci Tangan Pakai Sabun(CTPS).

Penyakit merupakan gangguan pada tubuh yang bisa menimbulkan perasaan tidak enak, rasa tidak nyaman, rasa sakit, kelemahan, kecacatan atau bahkan sampai dengan kematian. Tentu saja kita tidak mengharapkan hal demikian terjadi pada diri kita bukan? Maka dari itu jangan sampai kita terserang penyakit hanya karena kurang menerapkan pola hidup sehat. Khususnya bagaimana melakukan CTPS agar terhindar dari berbagai penyakit.

Media komik kesehatan ini memberikan informasi tentang kesehatan agar terhindar dari berbagai penyakit, agar komik kesehatan ini dapat bermanfaat, diharapkan untuk selalu membaca dengan tuntas dan menyebarkan kepada yang lain. Selamat membaca..!

# PENGENALAN TOKOH



Bapak Lisa yang berumur 30 tahun, tinggi 165 cm, baju hitam celana putih, berkulit sawo matang, berambut lurus.

Ibu Lisa, yang berumur 27 tahun, tinggi 150 cm, berpakaian motif bunga, rambut di gelung.



Anak yang berusia 10 tahun, berkulit sawo matang, berikat rambut ekor kuda, warna baju pink polos, rok biru gelap motif bunga.

Anak yang berusia 10 tahun sahabat Lisa, berkulit kuning langsung, rambut ikal pendek, mata sipit, baju kuning garis hitam, rok coklat



Anak laki-laki yang berumur 10 tahun yang merupakan tetangga Lisa, berbadan gemuk, berkulit agak gelap, rambut lurus, baju biru muda, celana selutut warna hitam.



## CUCI TANGAN PAKAI SABUN DI AIR MENGALIR

Sudah 7 hari om Theo keluar daerah karena ada urusan keluarga, rencana hari ini akan pulang, biasanya akan membawa ole-ole untuk Lisa, Lora, dan Dino. Lisa menunggu kedatangan bapaknya

Bapakmu  
lama  
juga  
perginya  
yaaa Lis.

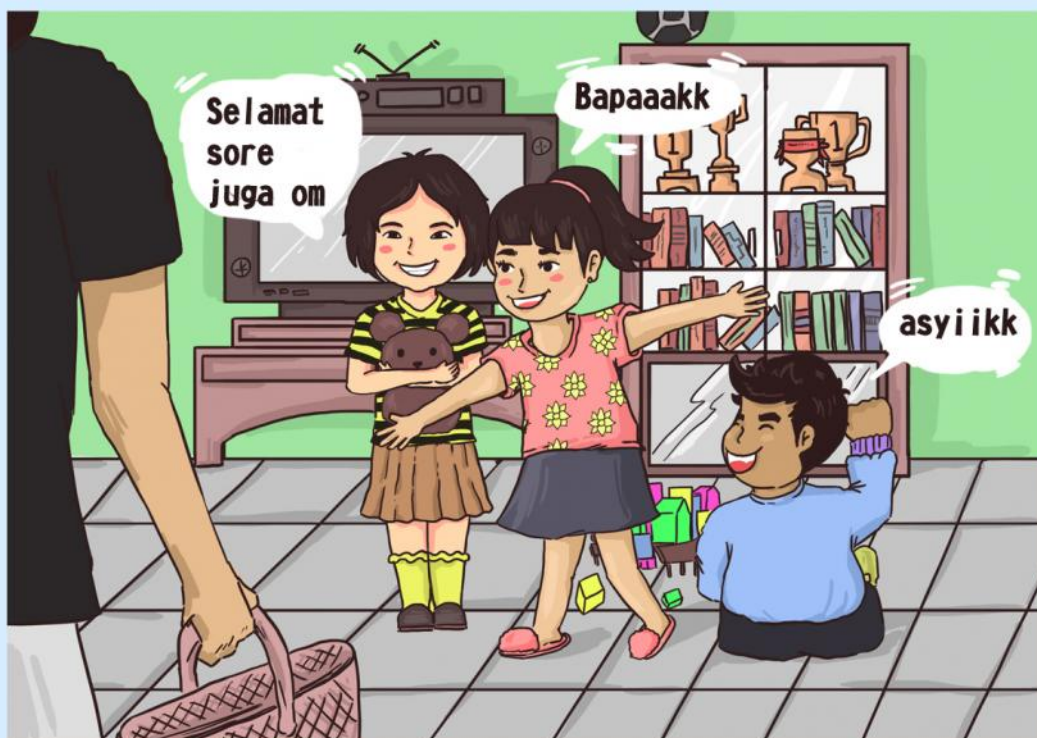


iiiiiii...  
kamu pasti  
nunggu  
ole-ole  
yaa..

Hari ini  
rencana sudah  
pulang



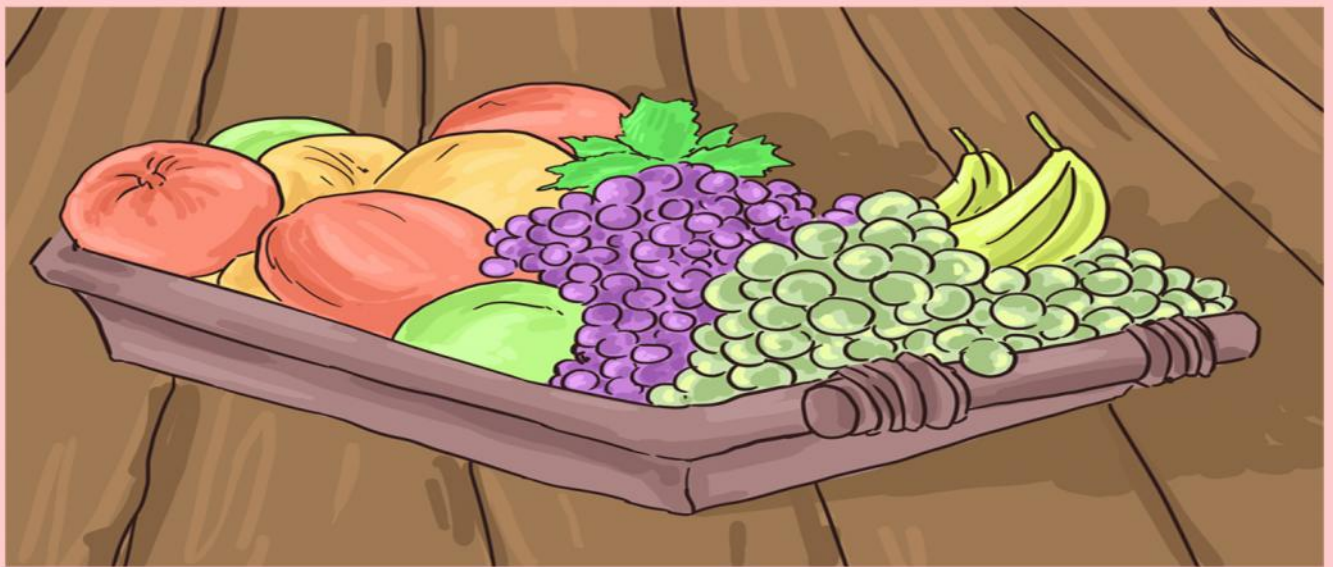
Halllloooo..  
selamat sore



Selamat  
sore  
juga om

Bapaaakk

asyi ikk

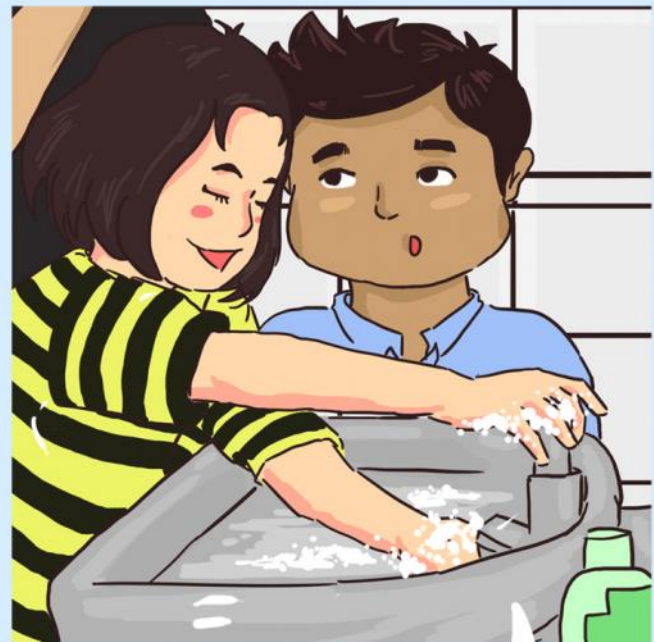
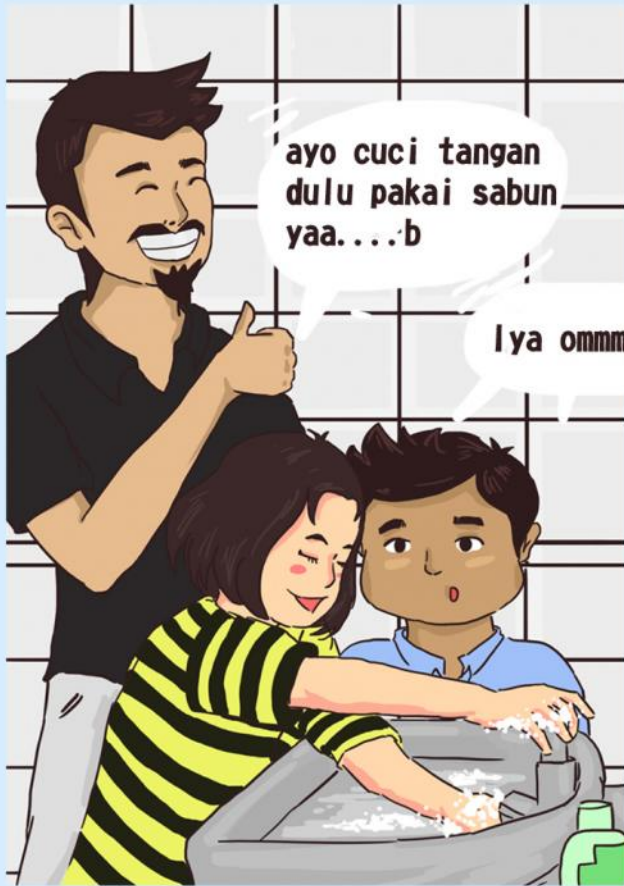


Om Theo membawa ole-ole buah yang banyak.



Mereka bertiga langsung ingin memakannya





Om, kenapa sih harus dengan sabun? Kan dengan air saja sudah bersih

Kulit penuh dengan lubang-lubang kecil, yang disebut pori-pori. Bakteri, debu, dan keringat masuk dan melekat dalam pori-pori itu. Air saja tidak mampu menghilangkannya



**Air dan sabun akan membentuk gelembung. Secara kimiawi, gelembung menarik kotoran. Seperti magnet menarik besi, gelembung itu menarik semua kotoran tadi. Sabun juga mengandung anti bakteri, jadi bakterinya akan mati**



sebelum dan sesudah makan dan sebelum memegang makanan seperti kalian ini...

saat apa saja kita mencuci tangan om?



setelah Buang Air Besar (BAB dan Besar Air Kecil (BAK) setelah menyentuh hewan termasuk hewan peliharaan, bermain/berolah raga juga yaa..



iya buu.. sebelum buatin susu adek justin ig itu perlu cuci tangan pakai sabun loo..

Dino.. ini omm suka jajan di sekolah..?



000000000.....

melakukan kegiatan apapun di rumah atau di sekolah seperti ingusan, buang sampah, memegang uang, sebelum masuk kantin juga harus cuci tangan pakai sabun.



Muka juga harus disabuni tidak, Om?

Ooo...tentu saja. Tapi sebaiknya dengan sabun bayi yang komposisinya lebih lembut dari sabun biasa atau gunakan sabun khusus muka



hehehe...kamu ini..ada-ada saja..

**PESAN : Adik-adik yang baik sabun dapat membersihkan kotoran yang masih tertinggal di tangan, cucilah tangan dengan 7 langkah CTPS:**

1. Menggosok kedua telapak tangan dengan menggunakan sabun anti bakteri.
2. Menggosok kedua punggung tangan.
3. Buka telapak tangan kemudian gosok sela-sela jari satu persatu.
4. Kemudian balikkan telapak tangan bersihkan sela-sela punggung jari jemari bergantian.
5. Menggosok ibu jari dengan cara melingkar satu arah mengikuti daerah antara jari telunjuk dan ibu jari lakukan bergantian kepada kedua tangan.
6. Menggosok ujung jari pada telapak tangan dan lakukan bergantian pada keduanya.
7. Menggosok pergelangan tangan secara berputar lakukan juga pada kedua tangan.

# SUMBER RUJUKAN

- 1). Modul mandiri pendidikan kesehatan di sekolah dasar/madrasah Ibtidaiyah yang diproduksi oleh Tim UKS pusat kementerian kesehatan RI tahun 2011.
- 2). Panduan PHBS melalui UKS di SD tahun 2016.



**Demikianlah kisah singkat tentang pentingnya CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) dari teman kita Lisa, kawan-kawan dan keluarga semoga bermanfaat ya...!**