

Edukasi Dan Pelatihan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Masyarakat Di Desa Tanimulya Kabupaten Bandung Barat

Euis Reni Yuslianti^{1*}, Yudith Yunia Kusmala², Dian Anggraeny², Iis Inayati Rakhmat², Henny Juliastuti², Welly Ratwita², Rahmadaniah Khairunnisa¹

¹Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Jenderal Achmad Yani, Cimahi, Indonesia

²Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Achmad Yani, Cimahi, Indonesia

*Penulis korespondensi : ery.unjani@yahoo.co.id

Abstrak: *Pengetahuan mengenai perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sangat penting karena CTPS merupakan perilaku yang dapat membantu menjaga tangan agar tangan tetap bersih dari kotoran dan dapat membunuh kuman penyebab penyakit berbahaya bagi kesehatan. Oleh karena itu penyuluhan mengenai CTPS pada kegiatan pengabdian masyarakat perlu dilakukan sebagai salah satu bentuk promosi kesehatan. Tujuan penyuluhan ini yaitu untuk mengedukasi pentingnya mencuci tangan sebagai langkah awal mencegah masuknya berbagai penyakit serta untuk mengetahui kesadaran pentingnya menjaga kesehatan melalui perilaku cuci tangan pada masyarakat Desa Tanimulya Kabupaten Bandung Barat. Diharapkan dengan adanya penyuluhan ini, masyarakat dapat menerapkan cara awal menjaga kesehatan dengan mengikuti 6 langkah cuci tangan menurut WHO. Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan dan praktik memeragakan CTPS langsung kepada 46 masyarakat desa Tanimulya Kabupaten Bandung Barat diakhiri dengan evaluasi yaitu mengisi pre-test dan post-test untuk alat ukur sederhana mengevaluasi pemahaman masyarakat. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat sangat antusias dan berdasarkan post-test menunjukkan nilai pemahaman masyarakat terhadap materi-materi tersebut sudah sangat baik, dapat diartikan bahwa masyarakat sudah memahami materi-materi yang sudah diberikan pada saat penyuluhan. Sebanyak 100% partisipan telah memahami enam langkah cara mencuci tangan yang baik dan benar.*

Kata kunci: *penyuluhan, cuci tangan pakai sabun*

Abstract: *Knowledge about Handwashing with Soap (CTPS) behavior is very important because CTPS is a behavior that can help keep hands clean from dirt and can kill germs that cause diseases that are dangerous to health. Therefore, counseling regarding CTPS in community service activities needs to be carried out as a form of health promotion. The purpose of this counseling is to educate the importance of washing hands as the first step to prevent the entry of various diseases and to know awareness of the importance of maintaining health through hand washing behavior in the people of Tanimulya Village, West Bandung Regency. It is hoped that with this counseling, the public can apply the initial way to maintain health by following the 6 steps of washing hands according to WHO. The method of this community service activity was in the form of counseling and the practice of demonstrating CTPS directly to 46 people from the village of Tanimulya, West Bandung Regency, ending with an evaluation, namely filling in the pre-test and post-test for a simple measuring instrument evaluating community understanding. The results of the community service activities were very enthusiastic and based on the post-test, it showed that the community's understanding of these*

materials was very good. As many as 100% of participants understood the six steps of how to wash hands properly and correctly.

Keywords: *counseling, washing hand with a soap*

1. Pendahuluan

Pembawa kuman penyakit yang paling berbahaya adalah tangan. Tangan adalah bagian tubuh yang paling banyak tercemar kotoran dan bibit penyakit. Ketika memegang sesuatu, dan berjabat tangan, tentu ada bibit penyakit yang melekat pada kulit tangan seseorang. Telur cacing, virus, kuman, bakteri, dan parasit yang mencemari tangan akan tertelan jika kita tidak mencuci tangan dulu sebelum makan atau memegang makanan. Oleh karena itu, sangat penting diketahui dan diingat bahwa perilaku cuci tangan pakai sabun merupakan perilaku yang sangat efektif untuk mencegah penyebaran dan penularan penyakit. Badan kesehatan dunia (WHO) juga menyatakan bahwa kedua tangan kita merupakan jalur utama masuknya kuman penyakit ke dalam tubuh (WHO, 2009).

Perlu diketahui bahwa mencuci tangan dengan sabun merupakan perilaku kesehatan yang sangat efektif untuk mencegah penyebaran berbagai infeksi seperti diare, karena tangan merupakan vektor utama patogen sangat penting. Menurut *World Health Organization (WHO)* sampai saat ini penyakit diare masih menjadi masalah kesehatan umum di dunia dan diperkirakan empat miliar kasus diare terjadi di dunia, dan 2,2 juta diantaranya meninggal. Angka kejadian diare pada anak di dunia setiap tahunnya mencapai 760.000 jiwa. Cuci tangan pakai sabun (CTPS) dapat mengurangi diare sebanyak 31% dan menurunkan penyakit infeksi saluran nafas atas (ISPA) sebanyak 21%. Riset global juga menunjukkan bahwa kebiasaan CTPS tidak hanya mengurangi, tapi mencegah kejadian diare hingga 50% dan ISPA hingga 45% (WHO, 2019; Centers for Disease Control and Prevention, 2019). Mencuci tangan dengan sabun mencegah infeksi kulit dan mata dan membuat hidup orang lebih mudah. Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan Kementerian Kesehatan RI (2013) menemukan bahwa hanya 18,5% masyarakat Indonesia yang mencuci tangan dengan sabun selama lima waktu kritis. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 tentang perilaku cuci tangan yang benar pada penduduk usia lebih dari 10 tahun menurut provinsi, hanya sekitar 45% yang mencuci tangan di provinsi Banten, dibandingkan dengan 49,8% di Indonesia (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2018). Jika tangan kotor, tangan perlu dicuci dengan sabun seperti sebelum menyiapkan makanan, berkebetulan, setelah buang air besar, setelah membersihkan bayi/anak, setelah menggunakan

pestisida, sebelum menyuapi bayi dan sebelum makan. Mencuci tangan memakai sabun merupakan salah satu tindakan kebersihan dengan cara membersihkan tangan dan jari tangan dengan sabun dan air guna memutus mata rantai bakteri. Hal ini karena tangan sering menjadi pembawa bakteri dan menyebabkan patogen ditularkan dari orang ke orang melalui kontak langsung atau tidak langsung (melalui permukaan lain seperti handuk, uang, telepon genggam, gagang pintu, dan lain-lain (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2020). Pentingnya mencuci tangan dengan sabun yang benar juga didukung oleh Unicef dengan mengeluarkan dukungan perilaku mencuci tangan pada anak selain oleh Organisasi Kesehatan Dunia/WHO (Unicef, 2020).

Oleh karena itu, pengabdian masyarakat perlu dilakukan di Desa Tanimulya Kabupaten Bandung Barat guna mengetahui dan memperbaiki bagaimana pola cara masyarakat di Desa Tanimulya mencuci tangan yang baik dan benar sehingga tingkat pengetahuan dan Kesehatan masyarakat meningkat.

2. Metode

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan dua metode yaitu metode pertama mempresentasikan edukasi mengenai pengertian, tujuan, manfaat, dan pentingnya mencuci tangan serta menjelaskan dengan mendemonstrasikan cara mencuci tangan yang baik dan benar sesuai menurut *World Health Organization (WHO)* kepada masyarakat desa binaan Tanimulya. Metode kedua praktik langsung yang dilakukan ibu-ibu kader Desa Tanimulya dalam melakukan Gerakan cuci tangan pakai sabun (CTPS).

Evaluasi pemahaman masyarakat terkait cara cuci tangan yang baik dan benar dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* kepada 46 responden masyarakat desa binaan Tanimulya untuk mengetahui pengetahuan dan kemampuan masyarakat mengenai cara mencuci tangan pakai sabun yang telah dipresentasikan dan dipraktikkan. Pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan persiapan rapat beserta ketua RW 15 Desa Tanimulya Kabupaten Bandung Barat, dosen terkait, mahasiswa, dan ibu koordinator kader. Tempat pelaksanaan kegiatan di Aula Graha Tanimulya Ngamprah Kabupaten Bandung Barat selama akhir bulan Oktober 2022.

3. Hasil dan Diskusi

Hasil dari pengabdian masyarakat mengenai edukasi mencuci tangan dengan baik dan benar. Masyarakat antusias mengikuti pemaparan mengenai teori kesehatan dan cara cuci

tangan pakai sabun (CTPS) seperti diberikan dalam Gambar 1.



Gambar 1. Edukasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) melalui presentasi *power point* dan video.

Tim pengabdian masyarakat kemudian melakukan demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar, masyarakat sangat antusias dan turut serta dalam kegiatan tersebut sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan terhadap langkah-langkah mencuci tangan yang benar dan pentingnya mencuci tangan terhadap kesehatan. Masyarakat turut serta dalam kegiatan tersebut seperti diperlihatkan dalam Gambar 2.



Gambar 2. Edukasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) melalui kegiatan praktik langsung memeragakan semua gerakan sesuai anjuran WHO.

Setelah dilakukannya penyuluhan mengenai "Edukasi Cara Mencuci Tangan yang Baik

dan Benar di Desa Binaan Tanimulya Kabupaten Bandung", dengan cara memaparkan materi dan mendemonstrasikan mengenai Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar menurut World Health Organization (WHO) didapatkan hasil bahwa seluruh peserta penyuluhan di Desa Binaan Tanimulya telah memahami enam langkah cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut *World Health Organization (WHO)*.

Pada akhir kegiatan dilakukan evaluasi berupa *post-test* untuk melihat apakah pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan masyarakat mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar tersosialisasikan dengan baik. Pada pertanyaan ini, dapat dilihat perbandingan pemahaman masyarakat mengenai langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar, dapat diartikan bahwa setelah diadakannya penyuluhan berupa presentasi langsung kepada masyarakat desa Tanimulya, diperoleh angka 100% yang berarti semua peserta memahami bahwa mencuci tangan yang baik dan benar menurut *World Health Organization (WHO)* ada enam langkah.

Mencuci tangan pakai sabun dan air bersih memiliki keuntungan yang lebih besar tidak seperti pembersih tangan yang berbahan dasar alkohol. Mencuci tangan pakai sabun dan air bersih akan memberi manfaat yang lebih baik dari cairan pembersih tangan berbasis alkohol. Sabun dan air bersih dapat menghilangkan semua jenis kuman dari tangan, sedangkan cairan pembersih tangan berbasis alkohol hanya bisa mengurangi jumlah kuman tertentu di kulit dan mengurangi jumlah bakteri tertentu dalam tubuh. Pembersih tangan portabel hanya digunakan di tangan jika tangan kotor atau berminyak. Cairan tubuh pensanitasi tangan berbasis alkohol tidak dapat menghilangkan bakteri *Norovirus*, *Cryptosporidium*, *Clostridioides difficile* dan bahan kimia berbahaya seperti pestisida dan logam sulit (Kampf, G., & Kramer, A, 2004; Boyce, J. M, 2019).

Cuci tangan hanya menggunakan air bersih saja tidak cukup untuk mencegah penularan infeksi kepada orang yang lain. Cara terbaik mencuci tangan menggunakan cairan pembersih tangan selama 20 sampai 30 detik. Cuci tangan enam langkah terbukti paling efektif untuk mencegah penularan infeksi dan mikroorganisme kepada orang lain. WHO menganjurkan cuci tangan secara teratur dan menyeluruh dengan sabun di bawah air mengalir dengan enam langkah, karena dapat membunuh virus yang mungkin ada di tangan seperti virus corona (Covid-19) yang secara tak sadar dapat menempel di berbagai permukaan tangan, dan mencuci tangan di bawah air mengalir menggunakan sabun dapat menjaga tubuh agar tetap sehat dan mencegah penyebaran infeksi pernapasan dan diare dari satu orang ke orang lain (WHO, 2019).

Berikut ini langkah langkah mencuci tangan menggunakan sabun (Germas, 2020; WHO, 2009):

- 1) Basahi kedua telapak tangan setinggi pertengahan lengan memakai air yang mengalir, gunakan sabun kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan
- 2) Usap dan gosok juga kedua punggung tangan bergantian
- 3) Jangan lupa jari-jari tangan, gosok sela-sela jari tangan hingga bersih
- 4) Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan mengatupkan
- 5) Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian
- 6) Letakkan ujung jari di telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bersihkan kedua pergelangan tangan secara bergantian dengan cara memutar, kemudian diakhiri dengan membilas seluruh bagian tangan menggunakan air bersih yang mengalir kemudian keringkan memakai handuk atau tisu.

Kegiatan enam langkah cuci tangan menurut ketentuan WHO ini paling efektif berlangsung 40 sampai 60 detik. Jika kurang dari waktu yang dianjurkan maka kuman yang ada tidak mati dengan sempurna atau disebut juga dengan proses desinfeksi dengan sabun yang digunakan, sementara itu jika lebih dari waktu yang dianjurkan justru dapat menghilangkan kelembaban alami kulit sehingga terjadi iritasi pada kulit tangan karena akan sangat sering jika dilakukan secara terus menerus. Kita penting untuk memperhatikan dan mencegah iritasi kulit dengan membiasakan cuci tangan dengan waktu yang cukup dan memastikan kuman yang ada dipermukaan kulit mati dengan pemakaian sabun karena tangan adalah sumber penularan infeksi dan penyakit (WHO, 2009).

4. Kesimpulan

Telah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat di Tanimulya Kabupaten Bandung Barat sebagai desa binaan Unjani dengan cara mempresentasikan mengenai pentingnya mencuci tangan serta menjelaskan dengan mendemonstrasikan cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut *World Health Organization (WHO)* kepada masyarakat di desa tersebut. Sebelum dan sesudah penyuluhan dilakukan *pre-test* dan *post-test*, serta didapatkan pengetahuan masyarakat yang meningkat pada hasil *post-test* setelah dilakukan penyuluhan yang menunjukkan bahwa pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan masyarakat mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar meningkat dan penyuluhan dapat tersosialisasikan dengan baik. Berdasarkan

hasil pengabdian masyarakat ini maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian berkesinambungan di desa binaan Tanimulya untuk terus meningkatkan kesehatan masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada LPPM Universitas Jenderal Achmad Yani (Unjani) serta Alda Putri Maghfiroh, Fathan Wahyudi, Tiara Putri, Indah Dyah, Della Puspita, Sarah Andintama, dan Hilman Nabhan sebagai tim yang turut membantu dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

Daftar Referensi

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Boyce, J. M. 2019. Alcohol-based hand sanitizers and antiseptic agents. *Infection Control & Hospital Epidemiology*, 40(4), 397-399.
- Centers for Disease Control and Prevention. 2019. Handwashing: Clean Hands Save Lives. Retrieved from <https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-hand-washing.html>
- Germas. 2020. Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kampf, G., & Kramer, A. 2004. Epidemiologic background of hand hygiene and evaluation of the most important agents for scrubs and rubs. *Clinical Microbiology Reviews*, 17(4), 863-893.
- Unicef, 2020. Practical Guidance for Business to Support Wash.
- World Health Organization. 2019. Diarrhoeal disease. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diarrhoeal-disease>
- World Health Organization. 2009. WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care: First Global Patient Safety Challenge Clean Care Is Safer Care. Geneva: World Health Organization.