

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (CUCI TANGAN PAKAI SABUN) UNTUK MENCEGAH TRANSMISI COVID-19

Arum Sri Ambarwati¹, Aulia Is Aini², Damar Alief Budiarto^{3,*}, Nabilah Nur Haenisa⁴, Lusi Andriyani⁵

^{1,4} Prodi Kesehatan Masyarakat, Fak. Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

^{2,3} Prodi Ilmu Komunikasi, Fak. Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

⁵ Prodi Ilmu Politik, Fak. Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

*Email : Damarralief@gmail.com

ABSTRAK

Pada Desember 2019, kasus pneumonia misterius pertama kali dilaporkan di Wuhan, Provinsi Hubei. Awalnya, penyakit ini dinamakan sementara sebagai novel coronavirus (2019-nCoV), kemudian WHO mengumumkan nama baru pada 11 Februari 2020 yaitu Coronavirus Disease (COVID-19) yang disebabkan oleh virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2). Transmisi SARS-CoV-2 dari pasien simptomatik terjadi melalui droplet yang keluar saat batuk atau bersin. Untuk itu diperlukan sebuah tindakan pencegahan transmisi covid-19, salah satunya adalah dengan mencuci tangan menggunakan sabun selama 20 menit seperti yang dianjurkan oleh WHO. Cuci tangan pakai sabun (CTPS) adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun sehingga menjadi bersih. cuci tangan pakai sabun merupakan cara yang sederhana, mudah, dan bermanfaat untuk mencegah berbagai penyakit penyebab kematian. Program kegiatan kepada masyarakat ini merupakan bentuk kerja sama yang dilaksanakan antara dosen dengan mahasiswa yang bertujuan untuk membangun semangat masyarakat dibidang sosial dan ekonomi dalam melawan covid 19 dengan menerapkan protokol kesehatan dan hidup sehat. Kegiatan yang dilakukan adalah membuat poster tentang Cuci tangan, pembagian masker, pendampingan belajar, dan yang terakhir Santunan atau Donasi. Melalui program kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan mampu menimbulkan kesadaran kembali pada masyarakat untuk peduli terhadap kesehatannya dan sekitarnya.

Kata Kunci : Covid-19, KKN Online, PHBS,UMJ

ABSTRACT

In December 2019, the first case of mysterious pneumonia was reported in Wuhan, Hubei Province. Initially, this disease was temporarily named as a novel coronavirus (2019-nCoV), then WHO announced a new name on February 11, 2020, namely Coronavirus Disease (COVID-19) caused by the Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) virus. . Transmission of SARS-CoV-2 from symptomatic patients occurs through droplets released when coughing or sneezing. For this reason, a precautionary measure for the transmission of COVID-19 is needed, one of which is washing hands with soap for 20 minutes as recommended by WHO. Handwashing with soap (CTPS) is one of the sanitation measures by cleaning hands and fingers using soap and water so that they become clean. Washing hands with soap is a simple, easy, and useful way to prevent various diseases that cause death. This program of activities for the community is a form of collaboration carried out between lecturers and students which aims to build community spirit in the social and economic fields in fighting COVID-19 by implementing health protocols and healthy living. The activities carried out were making posters about hand washing, distributing masks, learning assistance, and finally, Compensation or Donations. Through the program of community service activities carried out, it can raise the awareness again in the community to care about their health and surroundings.

Keywords: Covid-19, KKN Online, PHBS,UMJ

1. PENDAHULUAN

Pada Desember 2019, kasus pneumonia misterius pertama kali dilaporkan di Wuhan, Provinsi Hubei. Awalnya, penyakit ini dinamakan sementara sebagai novel coronavirus (2019-nCoV), kemudian WHO mengumumkan nama baru pada 11 Februari 2020 yaitu Coronavirus Disease (COVID-19) yang disebabkan oleh virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2). Virus ini dapat ditularkan dari manusia ke manusia dan telah menyebar secara luas di China dan lebih dari 190 negara dan teritori lainnya. Dan Pada 12 Maret 2020, WHO mengumumkan COVID-19 sebagai pandemik. (Susilo *et al.*, 2020)

Coronavirus adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. Virus ini utamanya menginfeksi hewan, termasuk di antaranya adalah keledawar dan unta. Sebelum terjadinya wabah COVID-19, ada 6 jenis coronavirus yang dapat menginfeksi manusia, yaitu alphacoronavirus 229E, alphacoronavirus NL63, betacoronavirus OC43, betacoronavirus HKU1, Severe Acute Respiratory Illness Coronavirus (SARS-CoV), dan Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus (MERS-CoV). Transmisi SARS-CoV-2 dari pasien simptomatik terjadi melalui droplet yang keluar saat batuk atau bersin. Untuk itu diperlukan sebuah tindakan pencegahan transmisi covid-19, salah satunya adalah dengan mencuci tangan menggunakan sabun selama 20 menit seperti yang dianjurkan oleh WHO.

Strategi Menghadapi Pandemi Covid-19 yaitu Perlawanan Menggunakan senjata mematikan Covid19 seperti Sabun dan Desinfektan, Pertahanan : Melindungi dengan cara Peningkatan Imunitas: Iman, Gizi, Vitamin, Olah raga, PHBS serta Penghindaran Menghindari risiko Tertular, Memutus rantai Transmisi yaitu dengan cara Jaga Hati, Jaga jarak aman (sosial dan Fisik), Hindari

Kerumunan. (Sinaga, Munthe and Bangun, 2020)

Cuci tangan pakai sabun (CTPS) adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun sehingga menjadi bersih. cuci tangan pakai sabun merupakan cara yang sederhana, mudah, dan bermanfaat untuk mencegah berbagai penyakit penyebab kematian, apabila diterapkan dengan benar dapat mencegah penyakit seperti Diare dan ISPA yang sering menjadi penyebab kematian anak-anak, bahkan virus covid-19 bisa dicegah dengan mencuci tangan. Pentingnya membudayakan cuci tangan pakai sabun secara baik dan benar juga didukung oleh World Health Organization (WHO) hal ini dapat terlihat dengan diperingatinya hari cuci tangan pakai sabun sedunia setiap tanggal 15 Oktober. (Natsir, 2018).

Cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi pada anak usia sekolah yang berkaitan kebersihan perorangan. Anak usia sekolah adalah waktu paling tepat untuk menanamkan pengertian dan kebiasaan hidup sehat khususnya cuci tangan pakai sabun. Kesehatan masyarakat dan bangsa dimasa akan datang dapat ditentukan kesehatan anak usia sekolah. (Sugiarto *et al.*, 2019). Kebiasaan cuci tangan di kalangan siswa sekolah dasar masih sangat rendah terutama akibat kurangnya pengetahuan tentang pentingnya cuci tangan bagi kesehatan dan rendahnya pemahaman tentang praktek cuci tangan yang benar. (Mardiyani *et al.*, 2020)

Agar efektif, WHO (2009) telah menetapkan langkah-langkah cuci tangan pakai sabun sebagai berikut: membasahi kedua tangan dengan air mengalir, beri sabun secukupnya, menggosok kedua telapak tangan dan punggung tangan, menggosok sela-sela jari kedua tangan, menggosok kedua telapak dengan jari-jari rapat, jari-jari tangan dirapatkan sambil digosok ke telapak tangan, tangan kiri ke kanan, dan sebaliknya, menggosok ibu jari

secara berputar dalam genggam tangan kanan, dan sebaliknya, menggosokkan kuku jari kanan memutar ke telapak tangan kiri, dan sebaliknya, basuh dengan air, dan mengeringkan tangan.(Mustikawati, 2017)

Penyuluhan Kesehatan diartikan sebagai kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan dan menanamkan keyakinan. Dengan demikian anak tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan. Tujuan penyuluhan kesehatan adalah mengubah perilaku anak kearah perilaku sehat sehingga tercapai derajat kesehatan yang optimal. Kebiasaan cuci tangan tidak timbul begitu saja, tetapi harus dibiasakan sejak kecil. Anak- anak merupakan agen perubahan untuk memberikan edukasi baik untuk diri sendiri dan lingkungannya sekaligus mengajarkan pola hidup bersih dan sehat sejak dini.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dan KKN UMJ Tahun 2021 dilakukan di Rumah Asuh Yayasan Al Abqo Ziyadah yang beralamat di Jl. Surya Kencana, Pamulang Barat, Kecamatan Pamulang Kota Tangerang Selatan, Banten 15417. Luas wilayah Kecamatan Pamulang 26,82 Ha terdapat 8 Kelurahan dengan Jumlah Penduduk 178.384 jiwa : 176.996 jiwa penduduk laki-laki dan 181.426 penduduk perempuan. Batas Wilayah a. Utara : Kecamatan Ciputat dan Ciputan Timur, b. Selatan : Kota Depok Prov. Jawa Barat , c. Barat : Kecamatan Serpong dan Kecamatan Setu, d.Timur : Kota Jakarta Selatan Prov. DKI Jakarta (BPS Tangsel, 2019)



Gambar 1. Denah Lokasi Mitra

MASALAH

Dikarenakan masih tingginya angka penularan covid-19 saat ini, perlu adanya peningkatan pengetahuan dan juga motivasi masyarakat untuk melakukan protokol kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka kami melakukan upaya sosialisasi berupa kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (Cuci tangan pakai sabun) kepada anak-anak di Rumah Asuh Yayasan Al Abqo Ziyadah untuk mencegah transmisi virus covid-19.

RENCANA PEMECAHAN MASALAH

Berdasarkan survey masalah yang terjadi maka. solusi yang digagas oleh tim pengabdian masyarakat kepada pihak mitra yaitu :

- Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Cuci tangan pakai sabun).
- Pendampingan anak-anak Yayasan Al Abqo Ziyadah untuk mempraktikkan kegiatan cuci tangan pakai sabun.
- Pembagian santunan serta alat-alat kebersihan diri untuk menunjang kesehatan anak-anak Yayasan Al Abqo Ziyadah.

2. METODE

Untuk dapat menjalankan kegiatan penyuluhan/pengabdian masyarakat ini maka diperlukan tahapan metode pelaksanaan yang terstruktur. Berikut ini metode pelaksanaan penyuluhan:

Tahap I Diskusi Kelompok

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan kegiatan diskusi kelompok terkait kegiatan penyuluhan. yaitu dengan menentukan lokasi dan mitra terlebih dahulu lalu membahas jenis program apa yang akan dilaksanakan.

Tahap II Survey Lokasi, Pembelian dan Persiapan Keperluan Penyuluhan

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan survey ke lokasi Yayasan Al Abqo Ziyadah yang beralamat di Jl. Surya Kencana, Pamulang Barat, Kecamatan Pamulang Kota Tangerang Selatan, Banten. Setelah itu melakukan persiapan pembelian kebutuhan.

Tahap III Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan/Pengabdian

Pada tahap ini, tim pengabdian memberikan edukasi kepada anak-anak terkait cara mencuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar. Serta melakukan kegiatan tanya jawab atau diskusi santai yang diselingi dengan games menarik.

Tahap IV Pendampingan praktik Cuci tangan

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan pendampingan dan pengamatan serta penilaian kepada anak-anak apakah cara mereka mencuci tangan sudah sesuai dengan yang dianjurkan.

Tahap V Pembagian santunan serta alat-alat kebersihan diri

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan santunan atau donasi yang telah dikumpulkan dari beberapa donatur. Serta membagikan alat-alat kebersihan diri seperti sikat gigi, pasta gigi, sabun, dan juga masker. Semua benda tersebut digunakan untuk menunjang kebutuhan kesehatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dibidang Kesehatan

Menyadari pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, maka dilaksanakan kegiatan penyuluhan berupa pemaparan materi Cuci tangan pakai sabun serta pembuatan poster langkah-langkah cuci tangan. sebagai langkah awal untuk mengsosialisasikan betapa pentingnya mematuhi protokol kesehatan untuk

mencegah penyebaran virus covid-19 yang semakin meluas. Kegiatan lainnya adalah pembagian alat-alat kebersihan.



Gambar 2. Poster PHBS (Cuci Tangan)



Gambar 3. Pemaparan Materi PHBS



Gambar 4. Praktik langkah-langkah Cuci tangan

Dibidang Ekonomi

Dalam program ini, tim pemberdayaan melakukan kegiatan Santunan/Donasi kepada adik-adik di Rumah Asuh Yayasan Al Abqo Ziyadah. Serta membagikan beberapa alat-alat kebersihan diri untuk menunjang kesehatannya.



Gambar 5. Pembagian alat-alat Kebersihan diri



Gambar 6. Acara Santunan

4. KESIMPULAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Berbasis Online merupakan wadah bagi mahasiswa untuk mendukung terwujudnya sumber daya manusia yang berkualitas. Sasaran program kegiatan yang telah direncanakan oleh Kelompok 12 KKN Online UMJ 2021 yaitu memberikan sosialisasi kesehatan yang berkaitan seputar Covid-19 serta melakukan upaya mengkampanyekan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat guna meningkatkan derajat

kesehatan yang setinggi-tingginya pada masyarakat, selain itu kami juga melaksanakan pengembangan dibidang ekonomi maupun sosial dengan pendampingan pembelajaran dan pemberian Donasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Jakarta dan juga pihak pihak terkait lainnya yang telah mendanai dan memfasilitasi KKN UMJ Online 2021. Serta tidak lupa kami berterima kasih juga kepada mitra kami yaitu Rumah Asuh Yayasan Al Abqo Ziyadah yang sudah memberikan kami kesempatan untuk melaksanakan kegiatan KKN pada periode ini.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS Tangsel (2019) 'No Title'. Available at: Badan Pusat Statistik Kota Tangerang Selatan. (2019). Kecamatan Pamulang Dalam Angka 2019 (Badan Pusat Statistik Kota Tangerang Selatan (ed.)). Badan Pusat Statistik Kota Tangerang Selatan.
- Mardiyani, S. A. *et al.* (2020) 'Edukasi Praktek Cuci Tangan Standar WHO dan Peduli Lingkungan', *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 1(2), p. 85. doi: 10.33474/jp2m.v1i2.6531.
- Mustikawati, I. S. (2017) 'Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Studi Kualitatif pada Ibu-Ibu di Kampung Nelayan Muara Angke Jakarta Utara; Studi Kualitatif', *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 2(1), pp. 115–125. doi: 10.22236/arkesmas.v2i1.514.
- Natsir, M. F. (2018) 'Pengaruh penyuluhan CTPS terhadap peningkatan pengetahuan siswa SDN 169 bonto parang Kabupaten Jeneponto', *Jurnal Kesehatan*

- Lingkungan*, 1(2), pp. 1–9.
- Sinaga, L. R. V., Munthe, S. A. and Bangun, H. A. (2020) ‘Sosialisasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Di Desa Sawo Sebagai - Bentuk Kepedulian Terhadap Masyarakat Ditengah Mewabahnya Virus Covid-19’, *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), pp. 19–28.
- Sugiarto, S. *et al.* (2019) ‘Peningkatan Pengetahuan Siswa tentang Cuci Tangan yang Baik dan Benar di SDN 37/I Kecamatan Bajubang’, *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 1(2), p. 59. doi: 10.30644/jphi.v1i2.266.
- Susilo, A. *et al.* (2020) ‘Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini’, *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), p. 45. doi: 10.7454/jpdi.v7i1.415.