

Penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat dalam mencuci tangan pakai sabun dengan benar

Cindi Maduri¹, Feri Miftahudin², Hanumitha Dewi³, Mulkan Habibi⁴

¹Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

²Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

³Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

hnmthd@gmail.com

ABSTRAK

Kesadaran menjalankan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di RT01/06Sawangan, Depok. pada umumnya masih kurang. Salah satu bagian dari PHBS adalah Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang memiliki dampak penting untuk kesehatan. Walau secara keseluruhan di wilayah RT 01/06 Sawangan, Depok yang menjadi lokasi sasaran penyuluhan tidak memiliki masalah dalam penyediaan sarana mencuci tangan, namun tidak semua dapat menyediakan sabun sehingga mempengaruhi hasil maksimal CTPS. Sebagai saran, CTPS selain memerlukan dukungan dari berbagai pihak, seharusnya dilengkapi dengan penyuluhan kepada anak-anak, dan seluruh lingkungan RT 01/06 Sawangan, Kota Depok. sehingga terwujud perilaku yang baik dan sehat.

Kata Kunci : CTPS, Perilaku kesehatan, Penyuluhan Kesehatan

ABSTRACT

Awareness of running Clean and Healthy Behavior (PHBS) in elementary school in general is still lacking. One part of PHBS is Handwashing with Soap (CTPS) which has an important impact on health. Although overall in the area of RT 01/06 Sawangan, Depok, which was the target of the counseling, there was no problem in providing hand washing facilities, but not all of them were able to provide soap so that it affected the maximum CTPS results. As a suggestion, in addition to needing support from various parties, CTPS must be equipped with counseling for children and the entire environment of RT 01/06 Sawangan, Depok. so that good and healthy behavior is realized.

Keywords: *Handwashing, healthy behavior, health education*

1. PENDAHULUAN

Perilaku cuci tangan pakai sabun merupakan bagian dari program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Program PHBS dilaksanakan sebagai upaya pemberdayaan anggota rumah tangga agar sadar, mau, dan mampu melakukan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Dengan menjalankan perilaku-perilaku melakukan PHBS, masyarakat berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat seperti memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah risiko terjadinya penyakit, dan melindungi diri dari ancaman penyakit (Depkes RI, 2009). Pembangunan kesehatan di Indonesia merupakan bagian dari pembangunan nasional yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya guna tercapainya negara yang kuat. Terwujudnya derajat kesehatan masyarakat tersebut dapat dicapai, salah satunya dengan program

Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat.

PHBS bertujuan menjadikan anggota masyarakat sebagai agen perubahan dalam meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat (Nurmahmudah, Puspitasari, & Agustin, n.d.)

Masyarakat Indonesia pada umumnya kurang mengetahui langkah cuci tangan yang benar. Hal itu terbukti dengan tingginya angka penyebaran penyakit yang ditularkan lewat tangan yang kotor, antaralain diare, cacangan, flu dan batuk. Depkes

RI (2008) mengungkapkan bahwa cara cucitangan yang benar adalah memerlukan sabun dan sedikit air mengalir. Menurut Evan-Smith (2005), mencuci tangan yang baik dan benar yaitu dengan memakai sabun selama kurang lebih 15–20 detik dan dibilas dengan menggunakan air

mengalir yang bersih, bisa juga menggunakan cairan yang mengandung alkohol. Cuci tangan adalah salah satu cara yang efektif untuk mengontrol penyebaran mikroorganisme patogen penyebab penyakit (Centers for Disease Control and Prevention, 2013). Cuci tangan sering dianggap sebagai hal yang sepele dimasyarakat, padahal cuci tangan bisa memberi kontribusi pada peningkatan status kesehatan masyarakat. Menurut WHO (2005), Perserikatan Bangsa-Bangsa menyerukan untuk menggalakkan praktik hygiene dan sanitasi di seluruh dunia.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa promosi perilaku cuci tangan, peningkatan kualitas air bersih dan sanitasi lingkungan telah terbukti mengurangi penyakit gastrointestinal, penyakit pernafasan dan menurunkan absensi murid pada negara berkembang (Chittleborough, 2013). Angka kematian di Indonesia masih cukup tinggi diakibatkan oleh penyakit yang berkaitan dengan perilaku yang tidak bersih. Hal ini disebabkan oleh rendahnya tingkat kesadaran masyarakat Indonesia untuk berperilaku hidup bersih. Pada kegiatan ini dilakukan sosialisasi PHBS dan penyuluhan langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar kepada warga RT 01/06 Sawangan, Depok. Kegiatan ini dilatarbelakangi oleh sikap dan perilaku warga (terutama anak-anak) yang pada umumnya kurang peduli dengan kebersihan tangan mereka seperti tidak mencuci tangan mereka sebelum makan, atau setelah bepergian. Melalui tangan yang kotor, penyakit akan lebih cepat menyebar. Mencuci tangan yang baik dan benar perlu diterapkan di rumah agar penyebaran penyakit yang disebabkan oleh virus, bakteri, maupun mikroorganisme patogen lainnya dapat dicegah sehingga terwujudnya lingkungan yang bersih, sehat dan bebas penyakit.

Pada tahun 2021 ini Universitas Muhammadiyah Jakarta melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dengan metode *mix method* yang mana pembekalan, pengarahan DPL dilakukan secara daring dan beberapa kegiatan mahasiswa ada yang dilaksanakan secara luring dengan menerapkan protokol kesehatan selama proses pelaksanaan program berlangsung.

Pada KKN UMJ 2021 ini, kami kelompok 6 tim 2 melaksanakan program “Penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih

dan sehat dalam mencuci tangan pakai sabun dengan benar”

Pelaksanaan program ini dilakukan secara luring dan dihadiri oleh 10 anak yang berusia 10-12 Tahun wilayah RT 01/06 Sawangan Depok. pada hari kamis 15 Juli 2021.

Selama kegiatan KKN berlangsung kami melakukan diskusi secara keseluruhan (anggota dan Dosen Pembimbing Lapangan) untuk membahas teknis program, anggaran, time schedule. Kemudian diskusi anggota kelompok 6 (untuk mempersiapkan pelaksanaan program dan evaluasi program)



Gambar 1.1. Diskusi Keseluruhan via googlemeet



Gambar 1.2. Diskusi anggota kelompok 6

2. METODE

Tujuan penelitian ini adalah agar anak-anak di RT 01/06 Sawangan, Depok. terbiasa dengan gaya hidup bersih dan sehat dan mereka dapat memperoleh pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan adanya penyuluhan PHBS, maka mereka bisa mempraktekan langsung tentang cara hidup bersih dan sehat terutama cara mencuci tangan yang baik dan benar baik itu di sekolah maupun di rumah. Pada Penelitian ini,

pendekatan penelitian yang digunakan dalam program “**Penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat dalam mencuci tangan pakai sabun dengan benar**” menggunakan metode kualitatif. Penelitian kualitatif ini ditujukan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang situasi yang dihadapi dan penelitian kualitatif ini memberikan grafika mengenai objek yang akan diteliti. Dalam Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian untuk menghimpun data yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Adapun teknik pengumpulan data yang kami lakukan, antarlain:

a. Observasi Langsung

Untuk mendapatkan informasi mengenai mitra kami datang ke mitra secara langsung untuk melihat bagaimana keadaan atau kondisi mitra saat ini dengan menggunakan protokol kesehatan.

b. Dokumentasi

Kami melakukan dokumentasi, dimana kami mencari serta mengumpulkan data mengenai hal-hal yang berupa catatan dan agenda.

c. Wawancara

Dalam teknik pengumpulan data melalui wawancara ini kami dapat lebih jelas menanyakan kepada mitra yaitu RT 01/06 dan mengetahui permasalahan yang ada pada wilayah tersebut untuk menemukan permasalahan yang harus kami teliti dengan mengumpulkan data dilokasi kegiatan dengan melakukan observasi langsung, wawancara, dan dokumentasi untuk dapat menentukan strategi pengumpulan data yang dipandang tepat untuk menentukan fokus serta pendalaman data pada proses pengumpulan data berikutnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelompok 6 KKN UMJ 2021 tim 2 telah melaksanakan program kerjanya secara langsung yang bertempat di Jln. Abdul Wahab RT 01 RW 06 No 18 Kecamatan Sawangan Kota Depok,

dengan sasaran sebanyak 10 anak-anak RT 01 RW 06.

a. Melakukan Perizinan Kepada Ketua RT 01

Sebelum melakukan perizinan kami menjelaskan terlebih dahulu maksud dan tujuan kami dalam menyelenggarakan program kerja kepada ketua RT. Melakukan izin sebelum acara penyuluhan yang bertujuan untuk mencegah kemungkinan terjadinya hal-hal yang tidak diharapkan selama acara berlangsung.



Gambar 3.1 Pemberian Izin Ketua RT untuk melaksanakan penyuluhan

b. Mempersiapkan Peralatan

Sebelum acara penyuluhan berlangsung kami mempersiapkan peralatan yang dibutuhkan untuk acara program kerja kami, seperti belanja bingkisan makanan yang bertujuan untuk menarik anak-anak agar dapat menghadiri acara penyuluhan, serta peralatan lainnya seperti infocus dan layar untuk memberikan materi.



Gambar 3.2 Mempersiapkan Peralatan

c. Melaksanakan Kegiatan Penyuluhan

Pelaksanaan program kami berjalan dengan lancar, anak-anak pun memperhatikan dengan baik materi yang sedang diberikan serta dapat mempraktekan cuci tangan yang baik dan benar. Seain materi dan praktek cuci tangan, kami pun memberikan quiz dan game agar tidak terlalu bosan serta meriview materi yang telah diberikan. Namun kami meyakini masih ada beberapa kekurangan dan hambatan dalam menjalankan program, hal itu akan menjadi evaluasi untuk kelompok kami.



Gambar 3.3 Foto saat Penyampaian Materi



Gambar 3.4 Foto Saat Quiz



**Gambar 3.5 Foto Saat
Mempraktekan Mencuci Tangan
Dengan Baik dan Benar**



**Gambar 3.6 Foto Kegiatan Setelah
Acara Berlangsung**

4. KESIMPULAN

Sesudah melakukan kegiatan ini, diharapkan dapat terwujudnya masyarakat yang sehat dan langkah ini dimulai dari generasi muda yang akan menjadi tombak masa depan bangsa. Dengan melakukan implementasi dari PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) di seluruh bagian masyarakat maka dapat terciptanya Indonesia yang lebih peduli akan pola hidup bersih dan tentunya pola hidup yang sehat. Termasuk dalam pola hidup bersih adalah menjalankan pola hidup sehat seperti menghindari konsumsi rokok, alkohol serta hal-hal yang dapat membahayakan kesehatan. Lakukan imunisasi atau vaksinasi sesuai anjuran. Prinsip pola hidup bersih dalam Gizi Seimbang mendukung program kesehatan lingkungan yang dikenal dengan program PHBS serta melakukan kebersihan pada anggota tubuh sebagai salah satunya yakni pada tangan yang dimana tangan merupakan anggota tubuh yang sering menyentuh barang yang belum tahu kebersihannya.

Lantas diharapkan bahwa setelah kehadiran dari Mahasiswa UMJ di lingkungan JL. Abdul Wahab RT 01 RW 06 Sawangan ini, maka masyarakat dan anak-anak di lingkungan sekitar dapat tersadar bahwa pada sektor kesehatan juga tidak kalah pentingnya bagi kebutuhan selayaknya manusia. Dengan melakukan PHBS sehari-hari, tentunya menjadi sebuah keuntungan tersendiri karena dengan sehat, masyarakat bisa terus produktif melakukan kegiatan sehari-harinya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya program kerja KKN UMJ 2021 yang kami lakukan. Kelompok 6tim 2 mengucapkan terima kasih kepada Bapak Mulkan Habibi, S.Kom.I, M.I.Kom selaku Dosen Pembimbing Lapangan Kelompok 6 KKN UMJ yang telah membimbing kami dalam melaksanakan program ini sehingga program ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Selanjutnya kami juga berterima kasih kepada Bapak Jainudin selaku ketua RT 01 RW 06 yang telah bersedia menjadi Mitra dan membantu dalam menyukseskan salah satu dari banyak program yang terselenggara dalam

KKN UMJ 2021. Terakhir, tak lupa terima kasih kami ucapkan kepada seluruh anggota kelompok 6 yang sama-sama mendukung dan memberikan semangat dalam menjalankan programnya masing-masing.

DAFTAR PUSTAKA

Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun.
Diakses pada 31 Juli 2021. DinkesMalang.

<https://dinkes.malangkota.go.id/2016/01/14/mencuci-tangan-dengan-air-bersih-dan-sabun/>→**Website**

Listyani, A., Mahendra, B., Krisdyawati, C., Sulistyowati, F., & Amaliyani, R. (2020). pelaksanaan cuci tangan pakai sabun (tantangan dan peluang) sebagai upaya kesehatan sekolah di sekolah dasar negeri kecamatan bogor utara kota bogor. *Jurnal ekologi kesehatan*, Vol 19 No 1, 21-34.https://kkn.unnes.ac.id/lapknunnes/32004_3327102008_6_Desa%20Iser_20200922_114817.pdf→**Jurnal Online**