
PENYULUHAN CUCI TANGAN PAKAI SABUN DI KELURAHAN MARGOREJO DALAM UPAYA PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID-19

Nurul Mahmudah, Atina Mirawati

Institut Agama Islam Negeri Metro Lampung
Jl. Ki. Hajar Dewantara 15 A Iring Mulyo, Metro Timur
email: mafazasyafira@gmail.com

Abstract

Until now, the world is still shocked by the Covid-19 virus pandemic, including Indonesia. In Indonesia alone, positive cases of Covid-19 have reached 1.2 million people with the number of deaths reaching 32,656 people and 1 million people have been confirmed cured. One way to prevent virus transmission is to wash your hands with soap in accordance with established rules or protocols. Washing your hands frequently and in an appropriate manner (for at least 40 seconds) is one of the most important steps to prevent COVID-19 infection. The purpose of this outreach activity is to support the government to prevent the spread of Covid-19 by implementing washing hands with soap and providing understanding to children about the importance of washing hands. The research was conducted by giving materials to children and the practice of washing hands using soap in running water to the children of RW 01 and providing a place to wash hands in front of the posko as an example of implementing hand washing. This activity was carried out so that children were aware of the dangers of Covid-19 and so they could anticipate the spread of Covid-19. This activity can also have a positive impact on children so that they can implement hand washing activities with soap in their daily lives. There are still children who do not know and memorize the steps for washing hands with soap.

Keywords: *Counseling, Covid-19, hand washing behavior with soap*

Abstrak

Sampai saat ini dunia masih dihebohkan dengan pandemi virus Covid-19 termasuk Indonesia. Di Indonesia sendiri kasus positif Covid-19 sudah mencapai 1,2 juta orang dengan jumlah kematian mencapai 32.656 orang dan 1 juta orang telah terkonfirmasi sembuh. Mencegah penularan virus salah satu caranya adalah dengan melakukan cuci tangan pakai sabun sesuai dengan aturan atau protokol yang telah ditetapkan. Mencuci tangan sesering mungkin dan dengan cara yang tepat (setidaknya selama 40 detik) adalah salah satu langkah paling penting untuk mencegah infeksi COVID-19. Tujuan dari kegiatan penyuluhan ini adalah untuk mendukung pemerintah



melakukan pencegahan terhadap penyebaran Covid-19 dengan menerapkan cuci tangan pakai sabun dan memberikan pemahaman kepada anak-anak mengenai pentingnya mencuci tangan. Penelitian dilakukan dengan memberikan materi kepada anak-anak dan dilakukan praktik mencuci tangan menggunakan sabun pada air mengalir kepada anak-anak RW 01 serta menyediakan tempat cuci tangan di depan posko sebagai contoh untuk menerapkan cuci tangan. Kegiatan ini dilakukan agar anak-anak sadar mengenai bahaya Covid-19 dan agar dapat melakukan antisipasi diri terhadap penyebaran Covid-19. Kegiatan ini juga dapat memberikan dampak positif kepada anak-anak agar mereka dapat menerapkan kegiatan cuci tangan pakai sabun di kehidupan sehari-hari. Masih ada anak-anak yang belum mengetahui dan hafal mengenai langkah-langkah cuci tangan pakai sabun.

Kata Kunci : Penyuluhan, Covid-19, Cuci Tangan Pakai Sabun

PENDAHULUAN

Coronavirus 2019 (Covid-19) adalah salah satu jenis virus virus pneumonia yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2)*. Virus ini merupakan virus corona jenis ketiga yang sangat patogen setelah *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus (SARS-CoV)* dan *Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus (MERS-CoV)*.¹

Wabah Covid-19 telah menyebabkan kekhawatiran besar bagi seluruh dunia karena potensinya yang telah menjadi pandemi. Seperti yang diketahui bahwa Covid-19 sangat menular. Virus ini diklasifikasikan sebagai jenis virus RNA, termasuk *family* virus korona, yang menyebabkan infeksi pernapasan. Meskipun asal pasti Covid-19 masih belum diketahui, kasus pertama Covid-19 ditemukan di Wuhan, provinsi Hubei, China pada Desember 2019.

Virus korona bersifat *zoonosis* dimana dapat ditularkan dari hewan ke manusia, beberapa bukti telah ditemukan bahwa virus tersebut dapat ditularkan dari manusia ke



manusia melalui droplet. Virus ini menular kepada orang-orang melalui percikan pernapasan ketika batuk dan bersin dan juga dari benda-benda yang secara tidak sengaja tersentuh. Virus ini sangat mudah menular kepada penderita apabila mengalami gejala bahkan ada juga yang tidak memiliki gejala.

Gejala awal Covid-19 tidak spesifik muncul dengan demam dan batuk, yang kemudian dapat sembuh secara spontan atau berkembang menjadi sesak napas, *dyspnea*, dan pneumonia yang menyebabkan *Acute Respiratory Distress Syndrome* (ARDS), gagal ginjal, disfungsi koagulasi, multiple kegagalan organ dan kematian. Gejala ini berkisar antara lima hari sampai dengan empat belas hari. Untuk mengobati penderita Covid-19 ini adalah dengan menggunakan terapi suportif dan simptomatik.

Tak bisa dipungkiri virus corona mengguncang peradaban manusia di dunia. Setiap negara melalui otoritasnya meminta rakyatnya untuk tetap di rumah, menjaga jarak baik secara fisik (*physical distancing*) maupun sosial (*social distancing*) bahkan melakukan lockdown (karantina wilayah) untuk menghambat penyebaran virus corona. Bukan hanya sekadar himbauan tetapi peraturan dan larangan keras untuk melakukan aktivitas di luar rumah.

Pemberlakuan *social distancing* dan *physical distancing* tentu membatasi ruang gerak dan mobilitas masyarakat bahkan lockdown mengakibatkan masyarakat tidak dapat beraktivitas di luar rumah termasuk mahasiswa yang tidak lagi dapat menjalani perkuliahan di kampus mereka masing-masing bahkan mereka sudah harus kembali ke rumah mereka di kampung halamannya sejak bulan Maret 2020 yang lalu.

Di Indonesia sendiri kasus positif Covid-19 sudah

mencapai 1,2 juta orang dengan jumlah kematian mencapai 32.656 orang dan 1 juta orang telah terkonfirmasi sembuh. *Coronavirus* adalah penyakit yang dimulai dari gejala ringan hingga berat. Pemerintah Indonesia sampai saat ini masih terus berupaya melakukan pencegahan terhadap penyebaran Covid-19. Untuk mencegah penyebaran virus salah satu caranya adalah dengan melakukan cuci tangan pakai sabun sesuai dengan aturan atau protokol yang telah ditetapkan.

Mencuci tangan dengan sabun mencegah penularan virus Covid-19. Kandungan sabun terbukti secara klinis mampu membunuh bakteri, virus, dan kuman penyakit. Mencuci tangan dengan sabun adalah langkah dasar yang paling mudah dan aman untuk melindungi diri dari virus dan merupakan anjuran dari WHO.

Virus Covid-19 bisa berada di mana saja, menempel di benda-benda yang ada di sekitar kita. Cara yang paling efektif untuk mencegah penularan virus tersebut adalah dengan sering mencuci tangan pakai sabun. Membiasakan diri mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir ini penting dilakukan. Ini yang akan jadi kunci untuk membunuh, merusak, dan mematikan virus yang mencemari tangan kita. Oleh karena itu, selama masa pandemi ini setiap orang harus menghindari berjabat tangan kepada siapa pun.

Membersihkan tangan dengan bahan antiseptik mulai dikenal sejak awal abad 19. Perkembangan masyarakat modern yang menuntut manusia untuk bergerak cepat dan menggunakan waktu seefisien mungkin. Tuntutan zaman yang demikian mengharuskan manusia untuk menjaga kesehatannya agar terhindar dari penyakit yang dapat menghambat gerak dan mengurangi efisiensi waktunya. Mencuci tangan dengan sabun merupakan upaya pencegahan sebagai perlindungan tubuh dari berbagai



penyakit yang sifatnya menular. Mencuci tangan dengan sabun dapat dilakukan ketika selesai BAB dan BAK, sebelum makanan disiapkan, sebelum dan sesudah mengonsumsi makanan, sehabis bermain pada anak, setelah batuk atau bersin serta setelah membuang ingus.

Salah satu upaya pencegahan dasar penyebaran Covid-19 adalah dengan rajin mencuci tangan secara detail dan menyeluruh. Mencuci tangan harus dilakukan sesering mungkin dan dengan cara yang tepat (setidaknya selama 20 detik). Sebab, sabun butuh waktu untuk mengikat molekul air dan minyak secara bersamaan, dan mengangkat kuman-kuman pada tangan Anda untuk dibuang bersama aliran air. Hal ini dilakukan karena tangan merupakan perantara penularan penyakit karena tangan merupakan anggota tubuh yang menjadi sarang utama bakteri, virus dan parasit juga sering kali membawa kuman dan penyebab patogen berpindah dari satu orang ke orang lain baik secara langsung maupun tidak langsung.

Mencuci tangan dengan sabun adalah sebagai salah satu tindakan untuk melindungi tubuh dari penyakit. Apabila tidak ada maka dapat menggunakan pembersih tangan yang terdapat kadar alkohol atau masyarakat biasa mengenalnya dengan nama *hand sanitizer*.⁴ Agar hasilnya efektif, cairan pembersih tangan yang digunakan hendaknya mengandung alkohol dengan kadar minimal 60%. Namun jangan gunakan *hand sanitizer* ketika tangan terlihat kotor dan berminyak. Pemakaian antiseptik tangan dalam bentuk sediaan gel di kalangan masyarakat menengah ke atas sudah menjadi suatu gaya hidup. Beberapa sediaan *hand sanitizer* dapat dijumpai di pasaran dan biasanya banyak yang mengandung alkohol. Cara pemakaiannya dengan diteteskan pada telapak tangan, kemudian diratakan pada permukaan tangan.

Mencuci tangan adalah sebuah tindakan yang harus dilakukan secara terus menerus dan dijadikan sebuah kebiasaan agar menjadi efektif untuk melindungi tubuh dari penyakit terutama di masa pandemi saat ini. Agar cuci tangan pakai sabun menjadi sebuah kebiasaan maka terdapat dua komponen yang harus diperhatikan yaitu komponen teknis (*hardware*) dan komponen non teknis (*software*). Komponen *hardware* diantaranya adalah sabun, air bersih dan sarana yang sesuai. Sedangkan komponen *software* diantaranya adalah pengetahuan, motivasi dan konteks sosial untuk memakai bahan yang dibutuhkan. Terdapat tiga hal yang dapat dijadikan motivasi untuk mencuci tangan diantaranya yaitu rasa jijik, mengasuh dan status.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka pengabdian tertarik untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat RW 01 Kelurahan Margorejo Kecamatan Metro Selatan dalam bentuk penyuluhan cuci tangan pakai sabun sebagai upaya pencegahan terhadap penyebaran Covid-19. Dalam kegiatan ini dilakukan penyuluhan tentang cara cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar untuk menghindari masuknya bakteri ke dalam tubuh yang menempel pada tangan.

Identifikasi Masalah

Perilaku cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu perilaku yang dapat menghindari kita terkena virus Covid-19. Kebiasaan masyarakat bisa diubah tergantung kebijakan yang berlaku, sebaliknya perilaku dan budaya masyarakat juga dapat membuat kebijakan. Pemerintah secara terus menerus menghimbau kepada masyarakat untuk mematuhi protokol kesehatan. Namun sampai saat ini masih saja banyak masyarakat yang mengabaikan protokol kesehatan tersebut.

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan di lingkungan RW 01 Kelurahan Margorejo, masih banyak masyarakat yang abai mengenai protokol kesehatan terutama anak-anak. Padahal seharusnya dimasa pandemi seperti saat ini masyarakat harus patuh dan taat mematuhi protokol kesehatan yang telah ditetapkan. Oleh karena itu Mahasiswa KPM IAIN Metro mengadakan penyuluhan kepada anak-anak di lingkungan RW 01 Kelurahan Margorejo, Kecamatan Metro Selatan mengenai cuci tangan pakai sabun sebagai upaya untuk melakukan pencegahan terhadap penyebaran Covid-19.

Tujuan dan Manfaat Kegiatan

Kegiatan ini bertujuan untuk mendukung pemerintah melakukan pencegahan terhadap penyebaran Covid-19 dengan menerapkan cuci tangan pakai sabun dan memberikan pemahaman kepada anak-anak mengenai pentingnya mencuci tangan. Dengan memberikan penyuluhan ini kepada anak-anak diharapkan agar mereka mampu menerapkannya pada kehidupan sehari-hari terutama di masa pandemi seperti saat ini.

METODE PENGABDIAN

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada hari Rabu, 20 Januari 2021. Kelurahan margorejo merupakan salah satu kelurahan yang berada di Kota Metro. Penelitian dilakukan dengan memberikan materi kepada anak-anak dan dilakukan praktik mencuci tangan menggunakan sabun pada air mengalir kepada anak-anak RW 01 serta menyediakan tempat cuci tangan di depan posko sebagai contoh untuk menerapkan cuci tangan. Kegiatan praktik cuci tangan pakai

sabun ini dilakukan di ruangan terbuka dengan menggunakan sabun dan air mengalir. Dan dilakukan pengamatan apakah mereka sudah bisa atau belum mempraktikkannya.

Gambar 1. Pemasangan tempat cuci tangan di depan posko



Gambar 2. Pemberian Materi



Gambar 3. Praktik CTPS





HASIL DAN PEMBAHASAN

Lingkungan RW 01 Kelurahan Margorejo Kecamatan Metro Selatan Kota Metro adalah adalah pemukiman yang padat penduduk. Di masa pandemi saat ini RW 01 sangat rentan terhadap penyebaran Covid-19. Sampai saat ini masih banyak anak-anak yang masih mengabaikan mengenai protokol kesehatan yang telah dihimbaukan oleh pemerintah. Hal ini dapat dilihat dari masih banyaknya anak-anak yang bermain tanpa mencuci tangan ketika akan makan dan setelah bermain.

Mencuci tangan adalah suatu proses melepaskan kotoran yang menempel di tangan dengan menggunakan cairan pembersih yang mengandung agen antiseptik atau lebih dikenal menggunakan sabun dan dengan air bersih yang mengalir. Biasanya dimulai dari ujung jari sampai dengan pergelangan tangan atau sesuai dengan kebutuhan.

Dengan mencuci tangan menggunakan sabun adalah cara efektif dalam mencegah penyebaran Covid-19 karena tangan yang bersih setelah dicuci pakai sabun dapat mengurangi risiko masuknya virus dalam tubuh, hal ini dikarenakan virus corona berasal dari tangan yang tidak dicuci dapat berpindah ke benda lain atau permukaan yang sering disentuh. Misalnya seperti gagang pintu, uang, pegangan tangga atau benda-benda lain yang tersentuh hal ini menimbulkan risiko penyebaran Covid-19, terkadang sering kali orang menyentuh mata, hidung dan mulut yang dapat mengakibatkan virus masuk ke dalam tubuh.

Waktu penting untuk membersihkan tangan adalah ketika:

1. Sebelum makan
2. Sesudah buang air besar dan menggunakan toilet
3. Sebelum memegang bayi
4. Sesudah mengganti popok, menceboki atau membersihkan anak yang telah menggunakan toilet
5. Sebelum, selama dan setelah menyiapkan makanan

6. Setelah pandemi:

- a. Setelah bersin dan batuk
- b. Sebelum menyentuh mata, hidung dan mulut
- c. Setelah menyentuh permukaan benda
- d. Sebelum dan sesudah merawat seseorang yang sedang muntah atau diare
- e. Sebelum dan sesudah merawat luka
- f. Setelah menyentuh hewan, makan ternak dan kotoran hewan
- g. Setelah menyentuh sampah
- h. Jika tangan terlihat kotor atau berminyak
- i. Sebelum dan sesudah mengunjungi teman, keluarga atau kerabat yang berada di rumah sakit atau panti jompo.

Dari hasil pengamatan masih banyak anak-anak yang tidak mencuci tangan setelah melakukan berbagai kegiatan saat akan makan terutama di masa pandemi ini. Setelah memberikan materi kepada anak-anak kegiatan selanjutnya adalah melakukan praktik mencuci tangan dengan menggunakan sabun dibawah air mengalir. Dalam praktik ini juga dilakukan pendampingan terhadap setiap anak untuk melihat apakah mereka sudah dapat melaksanakan praktik tersebut dengan benar dan dilakukan pengajaran kepada anak yang belum dapat melakukan dengan benar. Berikut adalah langkah-langkah mencuci tangan:

1. Basahi tangan dengan air bersih
2. Gunakan sabun pada tangan secukupnya
3. Gosok telapak tangan yang satu ke telapak tangan yang

lainnya

4. Gosok punggung tangan dan sela jari
5. Gosok telapak tangan dan sela jari dengan posisi saling bertautan
6. Gosok punggung jari ke telapak tangan dengan posisi jari saling bertautan
7. Genggam dan basuh ibu jari dengan posisi memutar
8. Gosok bagian ujung jari ke telapak tangan agar bagian kuku terkena sabun
9. Basuh tangan dengan air bersih yang mengalir
10. Keringkan tangan dengan lap atau tissue
11. Bersihkan kran pemutar air dengan lap atau tissue



Kegiatan ini dilakukan agar anak-anak sadar mengenai bahaya Covid-19 dan agar dapat melakukan antisipasi diri terhadap penyebaran Covid-19. Kegiatan ini juga dapat



memberikan dampak positif kepada anak-anak agar mereka dapat menerapkan kegiatan cuci tangan pakai sabun di kehidupan sehari-hari.

Kegiatan ini diikuti oleh anak-anak RW 01 Kelurahan Margorejo Kecamatan Metro Selatan Kota Metro dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan di masa pandemi Covid- 19 yaitu dengan menggunakan masker dan jaga jarak. Kegiatan ini dilakukan dengan dua tahap antara lain:

1. Tahap pertama yaitu dengan memberikan materi berupa video mengenai cuci tangan pakai sabun.
2. Tahap kedua yaitu dengan melakukan praktik cuci tangan pakai sabun. Peserta melakukan cuci tangan sesuai dengan yang telah dicontohkan.

Tabel 1. Hasil Kegiatan

No	Nama Kegiatan	Sasaran Target	Keterangan Kegiatan
1	Penyuluhan cuci tangan pakai sabun (CTPS)	Anak-anak lingkungan RW 01 Kelurahan Margorejo	Memberikan materi berupa video mengenai CTPS dan melakukan praktik CTPS

KESIMPULAN

Mencuci tangan adalah sebuah tindakan yang harus dilakukan secara terus menerus dan dijadikan sebuah kebiasaan agar menjadi efektif untuk melindungi tubuh dari penyakit terutama di masa pandemi saat ini. Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan di lingkungan RW 01 Kelurahan Margorejo tentang cuci tangan pakai sabun dapat disimpulkan bahwa masih ada anak-anak yang belum



mengetahui dan hafal mengenai langkah-langkah cuci tangan pakai sabun. Kegiatan ini juga untuk mendukung pemerintah melakukan pencegahan terhadap penyebaran Covid-19.

REFERENSI

- Lestari, Cahaya Indah, dkk, “Penyuluhan Tentang Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Untuk Mencegah Penyebaran Coronavirus (Covid-19) di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule”. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. Vol. 4, No. 1/November 2020, 371.
- Nakoe, Moh. Rivai, Nur Ayini S Lalu, Yesintha Amelia Mohamad. “Perbedaan Efektivitas Hand-Sanitizer Dengan Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Bentuk Pencegahan Covid-19” *Jambura Journal*. Vol. 2 No.2/Juli 2020,66.
- Suprpto, Rohmat, dkk. “Pembiasaan Cuci Tangan yang Baik dan Benar pada Siswa Taman Kanak-Kanak (TK) di Semarang” *Jurnal Surya Masyarakat*. Vol. 2, No. 2/Mei 2020, 139.
- Harahap, Rara Julia Timbara. “Karakteristik Klinis Penyakit Coronavirus 2019” *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. Vol. 2, No. 3/Agustus 2020, 319.