

Sosialisasi Langkah Cuci Tangan Yang Benar Guna Mewujudkan Masyarakat Sehat di SMA Negeri 2 Sibolga

Sumaiyah^{1*}, Marianne², Embun Suci Nasution², Dewi Pertiwi³, Sony Eka Nugraha³

¹Departemen Teknologi Formulasi, ²Departemen Farmakologi, ³Departemen Biologi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Sumatera Utara, Medan.

Email: Sumaiyah@usu.ac.id

Abstract

Washing hands is a simple step that can be improve the level of health of oneself, family and community. World Health Organization (WHO) has provided rules regarding good and proper washing steps, whereby the Indonesian government is promoting its socialization especially in the school environment. Senior High School (SMA) Negeri 2 Sibolga is one of the randomly selected schools to carry out the right hand washing step socialization according to WHO. The level of student's knowledge about the correct steps for washing hands has been shown increase after socialization.

Keywords: *Washing hands, Healthy, Socialization*

Abstrak

Cuci tangan adalah langkah sederhana yang bisa dilakukan untuk meningkatkan taraf kesehatan diri sendiri, keluarga dan masyarakat. World Health Organization (WHO) telah memberikan aturan mengenai langkah cuci tangan yang baik dan benar, dimana pemerintah Indonesia sedang menggalakkan sosialisasinya terutama di lingkungan sekolah. Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 2 Sibolga adalah salah satu sekolah yang dipilih secara acak untuk dilakukan sosialisasi langkah cuci tangan yang benar menurut WHO. Tingkat pengetahuan siswa mengenai langkah cuci tangan yang benar terbukti meningkat setelah dilakukan sosialisasi

Kata Kunci : *Cuci tangan, Sehat, Sosialisasi.*

PENDAHULUAN

Umumnya, masyarakat di Indonesia kurang mengetahui langkah cuci tangan yang baik dan benar menurut WHO. Hal itu terbukti dengan masih tingginya angka penyebaran penyakit yang dapat ditularkan lewat tangan, antara lain diare, cacangan, flu dan batuk. Masyarakat Indonesia juga masih banyak yang mencuci tangannya hanya dengan air saja dan belum menggunakan sabun. Padahal, penggunaan sabun sebagai antiseptik akan menghilangkan kuman ditangan dengan daya yang jauh lebih baik dari pada hanya menggunakan air. Penelitian yang dilakukan Desiyanto (2013) menyimpulkan bahwa cairan pembersih tangan antiseptik (hand

sanitizer) efektif terhadap penurunan jumlah angka kuman. Pada penelitian tersebut juga disebutkan bahwa ada perbedaan jumlah angka kuman antara mencuci tangan menggunakan air mengalir, sabun, hand sanitizer dan kelompok kontrol (tanpa cuci tangan).

Sebagian besar penyakit ditularkan melalui tangan yang tidak bersih. Tangan merupakan sarana utama dan perantara makanan sampai ke mulut. Kebersihan tangan masih sering terabaikan dan belum menjadi kebiasaan sebelum makan. Depkes RI (2008) menyatakan bahwa cara cuci tangan merupakan aktivitas membersihkan tangan memakai sabun yang dibilas dengan menggunakan air bersih yang mengalir. Selain sabun

dan air, dapat juga menggunakan pembersih yang mengandung alkohol (Evan-Smith, 2005).

Centers for Disease Control and Prevention menyatakan bahwa mencuci tangan adalah salah satu cara yang efektif untuk mengontrol penyebaran mikroorganisme patogen penyebab penyakit. Menurut Luby (2011), cuci tangan juga terbukti mengurangi resiko diare. Hubungan antara perilaku cuci tangan dan insiden diare menunjukkan adanya hubungan yang signifikan (Purwandari, 2013).

Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) telah mencanangkan "Tahun Sanitasi Internasional". Lembaga dunia ini juga menyerukan untuk menggalakkan praktek hygiene dan sanitasi di seluruh dunia (WHO, 2005). Namun, angka kematian di Indonesia masih cukup tinggi akibat penyakit yang berkaitan dengan kurang tersedianya air bersih, buruknya sanitasi, kebiasaan membuang sampah tidak pada tempatnya dan kebiasaan buang air besar di sungai. Hal ini disebabkan oleh kesadaran masyarakat Indonesia untuk berperilaku hidup bersih dan sehat khususnya mencuci tangan dengan sabun masih rendah.

Siswa- siswi di sekolah umumnya tidak mencuci tangan mereka sebelum makan jajanan, atau setelah selesai dari toilet. Padahal, melalui tangan yang kotor, penyebaran penyakit seperti diare, flu dan batuk lebih cepat menyebar. Karena itu perlu dilakukan sosialisasi langkah cuci tangan yang benar di sekolah guna mewujudkan masyarakat yang sehat pada umumnya dan siswa-siswi di lingkungan sekolah khususnya.

METODE PENELITIAN

Sosialisasi berupa edukasi dan evaluasi. Edukasi yang dilakukan adalah edukasi mengenai langkah cuci tangan yang benar menurut WHO, pemaparan materi mengenai kuman apa saja yang

terdapat ditangan manusia, penyakit apa saja yang dapat ditularkan melalui tangan, serta kapan saja kita harus melakukan cuci tangan. Sedangkan evaluasi yang dilakukan dengan cara mempersilahkan masing-masing siswa untuk mencuci tangannya sesuai materi yang telah diajarkan.

Mitra pengabdian pada pengabdian masyarakat ini adalah SMAN 2 Sibolga yang berada di Jalan Pattimura Sarudik Sibolga, Aek Habil, Kec. Sibolga Selatan.

Adapun langkah yang dilakukan pertama kali adalah survey lokasi, dengan memastikan kepada Kepala Sekolah serta Humas Sekolah agar disepakati waktu pelaksanaan Pengabdian Masyarakat.

Sebelum memberikan pemaparan materi, siswa di uji secara acak untuk melakukan cuci tangan sebagaimana mereka lakukan selama ini.

Bahan materi edukasi berupa brosur dan powerpoint. Tim secara bergantian melakukan, pemaparan, demonstrasi dan evaluasi kepada masing-masing siswa.

Enam langkah cuci tangan yang benar menurut WHO adalah sebagai berikut. Pertama, tuang cairan handrub atau sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar.



Kedua, Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian.



Ketiga, Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih



Keempat, bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci



Kelima, gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian



Keenam, letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh melalui pengabdian masyarakat ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan mengenai langkah cuci tangan yang benar menurut WHO. Pada saat pengujian awal secara acak kepada siswa (5 orang), kelimanya tidak melakukan cara cuci tangan yang baik. Begitupun dengan siswa yang lain, mereka menjawab jika cara cuci tangannya tidak jauh berbeda dengan 5 orang temannya yang ditunjuk.

Setelah diberikan pemaparan materi, dilanjutkan dengan demonstrasi mencuci tangan yang benar, para siswa diminta untuk mengikuti. Pada saat evaluasi, kami menunjuk kembali 5 orang siswa yang dilakukan pengujian awal untuk melakukan cara cuci tangan sesuai yang diajarkan. Dalam evaluasi ini, kelima siswa sudah dapat melakukan cara cuci tangan yang benar. Demikian pula saat dilakukan evaluasi ke masing-masing siswa, seluruh siswa sudah mampu untuk mengikuti langkah cuci tangan yang benar menurut WHO.



Gambar 1. Para siswa yang antusias mendengarkan pemaparan materi



Gambar 2 Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

SIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa dari yang tidak tahu atau kurang tepat dalam mencuci tangan menjadi tepat melalui sosialisasi langkah cuci tangan ini sehingga dapat dipraktekkan dalam kehidupan sehari-hari

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Centers for Disease Control and Prevention. (2015). *How to Wash Your Hands*.
- [2] Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2008). Strategi nasional: sanitasi total berbasis masyarakat. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- [3] Desiyanto, F.A. dan Djannah, S. N. (2013). Efektivitas Mencuci Tangan Menggunakan Cairan Pembersih Tangan Antiseptik (Hand Sanitizer) terhadap Jumlah Angka Kuman. KESMAS. Universitas Ahmad Dahlan, Vol. 7, No. 2.
- [4] Evan-Smith, P. (2005). *Taylor's Clinical Nursing Skills*. Philadelphia: Mosby Year Book.
- [5] Luby, S.P., Agboatwalla, M., Bowen, A., Kenah, E., Sharker, Y & Hoekstra, R.M. (2009). Difficulties in Maintaining Improved Handwashing Behavior, Karachi, Pakistan. *Am. J. Trop. Med. Hyg.* 81(1), 140–145.
- [6] Purwandari, R., Ardiana, A., Wantiyah. (2013). Hubungan antara Perilaku Mencuci Tangan dengan Insiden Diare pada Anak Usia Sekolah di Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan*. 4(2), 122-130.
- [7] World Health Organization. (2005). *Pocket of Hospital Care for Children: Guideline for the Management of Common Illnesses with Limited Resources*. Geneva: WHO Press.