

## Demonstrasi Pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun Untuk Mencegah Pertumbuhan Mikroba

Herna Febrianty Sianipar\*<sup>1</sup>, Apriani Sijabat<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar

\*e-mail: [hernafebriantysianipar@uhn.ac.id](mailto:hernafebriantysianipar@uhn.ac.id)<sup>1</sup> [aprianisijabat@gmail.com](mailto:aprianisijabat@gmail.com)<sup>2</sup>

Received: 06.01.2021	Revised: 15.01.2021	Accepted: 18.01.2021	Available online: 21.01.2021
-------------------------	------------------------	-------------------------	---------------------------------

**Abstract:** *Microbes such as bacteria, fungi, and the corona virus (Covid-19) that are in the air, tools, and the human body, including hands, can cause life-threatening diseases, so efforts are needed to prevent this. One way to prevent microbial exposure from occurring is by washing your hands. Washing hands regularly and thoroughly with soap under running water is recommended by WHO because it can kill microbes, we immediately demonstrate this to the people at Siantar Estate. The method of activities carried out in this community service is counseling using the lecture method using power point slide media which contains an explanation of the importance of washing hands with soap and demonstrating directly with a hand swab from a community before and after washing hands and then scratching it on the media PDA (Potato Dextrose Agar). The conclusion of this community service is that people understand the importance of washing their hands with soap regularly because they see directly the growing bacteria.*

**Keywords:** Soap; Washing Hands; Microbes

**Abstrak:** Mikroba seperti bakteri, jamur, maupun virus corona (Covid-19) yang berada pada udara, alat-alat, dan tubuh manusia termasuk tangan bisa menyebabkan penyakit yang dapat merenggut nyawa, sehingga diperlukan upaya untuk mencegah hal tersebut. Salah satu cara mencegah agar penyebaran mikroba tidak terjadi dengan mencuci tangan. Cuci tangan secara teratur dan menyeluruh dengan sabun dibawah air mengalir dianjurkan oleh WHO karena dapat membunuh mikroba, hal ini langsung kita demonstrasikan kepada masyarakat yang ada di Siantar Estate. Metode kegiatan yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah penyuluhan dengan menggunakan metode ceramah dengan menggunakan media slide power point yang berisi penjelasan mengenai pentingnya cuci tangan pakai sabun dan mendemonstrasikan langsung dengan swab tangan dari salah seorang masyarakat sebelum dan sesudah cuci tangan lalu di goreskan pada media PDA (Potato Dextrose Agar). Kesimpulan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat menjadi paham tentang pentingnya mencuci tangan dengan sabun secara teratur karena melihat langsung bakteri yang tumbuh.

**Kata kunci:** Sabun; Cuci tangan; Mikroba

### 1. PENDAHULUAN

COVID-19 adalah penyakit yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 yang merupakan bagian dari tipe virus Corona. Virus ini bisa menular jika kita kontak langsung dengan orang yang terinfeksi atau dengan cairan yang dikeluarkannya oleh saat batuk dan bersin. Virus dapat berpindah ke tubuh kita, bila tanpa sengaja kita menyentuh benda-benda tersebut lalu menyentuh wajah (mata, mulut, dan hidung) dengan tangan yang telah terkontaminasi.

Mencuci tangan sesering mungkin dan dengan cara yang tepat (setidaknya selama 40 detik) adalah salah satu langkah paling penting untuk mencegah infeksi COVID-19. CTPS jauh lebih efektif membunuh kuman, bakteri, dan virus dibandingkan dengan mencuci tangan dengan air saja. Sabun dapat dengan mudah menghancurkan membran lipid COVID-19, membuat virus COVID-19 tidak aktif.

Kebersihan tangan merupakan hal yang terpenting dari kewaspadaan tiap orang dan merupakan metode yang paling awal dan efektif dalam mencegah penularan mikroba patogen yang berhubungan dengan kesehatan (WHO 2008). Usaha untuk menjaga tangan agar selalu bersih adalah salah satu langkah penting untuk mencegah penyakit dan mencegah penularan penyakit ke orang lain (CDC 2015). Centers for Disease Control and Prevention (CDC 2016) menyatakan bahwa mencuci tangan dengan sabun adalah cara terbaik untuk mengurangi jumlah mikroba di tangan. WHO pun pada tanggal 5 Mei 2017 telah mencanangkan program "Aksi Cuci Tangan-Melawan Resistensi Antibiotik" dimana WHO mengharapkan setiap orang untuk melakukan aksi cuci tangan.

Menurut Depkes RI (2017), masyarakat harus mengetahui bagaimana mencuci tangan dengan air dan sabun dengan benar. Air yang tidak bersih banyak mengandung kuman dan bakteri penyebab

penyakit, dan apabila digunakan maka kuman akan berpindah ke tangan. Pada saat makan, kuman dengan cepat masuk ke dalam tubuh, yang bisa menimbulkan penyakit. Sabun dapat membersihkan kotoran dan membunuh kuman, karena tanpa sabun kotoran dan kuman masih tertinggal di tangan. Manfaat mencuci tangan sendiri dalam Andriansyah adalah untuk membersihkan tangan dari kuman penyakit; serta mencegah penularan penyakit seperti diare, kolera, disentri, typhus, kecacangan, penyakit kulit, Infeksi Saluran Pemapasan Akut (ISPA), Tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman.

Untuk mewujudkan masyarakat yang bersih, sehat dan berkualitas, perlu dimulai dengan hal-hal yang sederhana dan konkrit di lingkungan dan rumah tangga, seperti edukasi dan demonstrasi langsung kepada ibu-ibu sebagai garda terdepan dalam keluarga akan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan, baik kebersihan diri pribadi serta peduli akan kondisi lingkungan sekitar.

## 2. METODE

Dalam teknis pelaksanaan, tim pengabdian masyarakat akan mendata kembali anggota kelompok yang akan mengikuti pembimbingan dan pendampingan program pengabdian pada masyarakat ini. Metode pelaksanaan dan pendekatan yang akan dikembangkan dalam kegiatan program PKM ini dapat mengatasi pola pikir tentang pentingnya cuci tangan. Dalam program PKM ini. Kegiatan PKM ini dilaksanakan pada bulan November-Desember 2020. Metode pelaksanaan program PKM ini meliputi dua hal yaitu sebagai berikut:

1. Metode Penyuluhan Metode penyuluhan merupakan salah satu metode yang akan dikembangkan dalam program PKM. Metode penyuluhan ini sangat penting pada anggota kelompok mitra untuk menambah pengetahuan sehingga terjadi perubahan kognitif. Artinya pola pikir yang dirubah terlebih dahulu untuk memudahkan proses kegiatan PKM selanjutnya.

2. Metode Demonstrasi

Mendemonstrasikan langsung dengan swab tangan dari salah seorang masyarakat sebelum dan sesudah cuci tangan lalu di goreskan pada media PDA (Potato Dextrose Agar).



Gambar 1: Tim Pengabdian Mendemonstrasikan Pentingnya Cuci Tangan

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan seseorang tentang mencuci tangan menggunakan sabun dapat menghilangkan sejumlah besar virus dan bakteri yang menjadi penyebab berbagai penyakit, terutama penyakit yang menyerang saluran pencernaan seperti diare dan saluran nafas seperti influenza. Hampir semua orang mengerti pentingnya mencuci tangan pakai sabun, namun masih banyak yang tidak membiasakan diri untuk melakukannya dengan benar pada saat yang penting. Mengapa kita harus cuci tangan dengan benar menggunakan sabun? karena mencuci tangan asal-asalan dengan air saja

## Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat

tidak dapat membunuh kuman pada tangan. Banyak penyakit yang dapat dicegah dengan mencuci tangan seperti penyakit cacangan, diare, infeksi saluran napas, TBC, Sakit perut, muntaber, radang tenggorokan, amandel, asma, gangguan pernapasan, flu, hingga penyakit yang mematikan seperti SARS, flu burung, flu babi. Manfaat melakukan cuci tangan 7 langkah yaitu membersihkan dan membunuh kuman yang menempel secara cepat dan efektif karena semua bagian tangan akan dicuci menggunakan sabun (Andriansyah, 2013).

Dari hasil demonstrasi yang dilakukan tim pengabdian tentang pentingnya cuci tangan menggunakan sabun, dapat dilihat mikroba yang tumbuh pada media PDA.



Gambar 2: Perbedaan Mikroba yang tumbuh pada media yang tangannya sebelum dan sesudah cuci tangan menggunakan sabun

Dari gambar 2 dapat dilihat bahwa mikroba yang tumbuh memenuhi media PDA merupakan sampel dari peserta yang belum cuci tangan menggunakan sabun, sedangkan mikroba yang tumbuh sedikit setelah menggunakan sabun cuci tangan.

Dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan dan demonstrasi ini dapat dilihat bahwa sebagian besar peserta penyuluhan (75%) belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang protokol kesehatan dari langkah awal cuci tangan pakai sabun, Keberhasilan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilihat dari ketercapaian target jumlah peserta, ketercapaian tujuan dan ketercapaian target materi. Peserta yang hadir adalah 33 orang, dari target peserta 40 orang (82,5%). Ketercapaian target materi dapat dikatakan cukup baik (100%) dilihat dari semua materi penyuluhan dapat disampaikan oleh tim pengabdian kepada ibu-ibu peserta penyuluhan dan selain itu juga dilihat dari ibu-ibu peserta dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan dari tim pengabdian. Di akhir acara, tim pengabdian dan ibu-ibu peserta kegiatan berikrar untuk menggalakkan cuci tangan pakai sabun mulai dari rumah hingga lingkungan agar tercipta perilaku hidup bersih dan sehat.

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat menjadi paham tentang pentingnya mencuci tangan dengan sabun secara teratur karena melihat langsung bakteri yang tumbuh.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas HKBP Nommensen Pematangsiantar yang telah memberi dukungan *financial* terhadap pengabdian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

Andriansyah, Y., Rahmantari, DN .2013. Penyuluhan dan praktik PHBS (perilaku hidup bersih sehat) dalam mewujudkan masyarakat desa peduli sehat. Seri Pengabdian Masyarakat 2013 ISSN: 2089-3086. Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan. Vol 2 No. 1, Januari 2013. Hal 45-50.

Depkes .2017.Cuci Tangan PakaiSabun Cegah Kematian Anak .<http://www.depkes.go.id/article/view/17101600001/cuci-tangan-pakai-sabun-cegah-kematiananak.html>. (Diakses 2 Desember 2020).

Kemendikbud. 2020. Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19.

Primasari, N. S., & Ghofirin, M. (2021). Sosialisasi Kesiapan Masyarakat Menuju Transaksi Digital di Era New Normal Life. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.25008/altifani.v1i1.110>