

Penyuluhan Kesehatan tentang Cuci Tangan dengan Enam Langkah Pada Masyarakat

¹Mikawati, ²Muh Zukri Malik, ³Suriyani, ⁴I Kadek Wijaya, ⁵Muaningsih
^{1,2,3,4,5}Prodi SI Keperawatan, Stikes Panakkukang, Makassar

Korespondensi: mikarasyid09@gmail.com

Abstract: This Community Service Program is carried out on the villagers of Parang village of Bontoramba Village of South Bontonompo Subdistrict by involving Bontonompo Health Center as the person in charge of the work area that has the target of activities. In general, the purpose of this PKM program is to increase knowledge about hand washing using good and correct soap with 6 (six steps). A special target is the villagers of Parang village, through this activity the mothers of villagers know how to wash their hands properly with 6 (six) steps. The method used in achieving the goal is counseling with the question and answer lecture method (CTJ) to the target and villagers of Parang village of Bontoramba Village of South Bontonompo Subdistrict. The results of pengmas activities are expected to be in accordance with the targets seen from the active role of citizens during the activity.

Keywords: Counseling, Washing Hands with 6 steps, Community Dedication.

Abstrak: Program Pengabdian Masyarakat (PengMas) ini dilakukan pada warga desa kampung Parang kelurahan Bontoramba Kecamatan Bontonompo Selatan dengan melibatkan Puskesmas Bontonompo sebagai penanggung jawab wilayah kerja yang memiliki sasaran kegiatan. Secara umum tujuan program PKM ini peningkatan pengetahuan tentang cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar dengan 6 (enam langkah). Target khusus adalah warga desa kampung Parang, melalui kegiatan ini ibu-ibu warga desa mengetahui cara cuci tangan yang baik dan benar dengan 6 (enam) langkah. Metode yang digunakan dalam pencapaian tujuan adalah penyuluhan dengan metode ceramah tanya jawab (CTJ) kepada sasaran dan warga desa kampung Parang kelurahan Bontoramba Kecamatan Bontonompo Selatan. Hasil dari kegiatan Pengmas diharapkan sesuai dengan target yang dilihat dari peran aktif warga selama kegiatan berlangsung.

Kata Kunci: Konseling, Cuci tangan enam langkah, Pengabdian Masyarakat.

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 (corona virus disease 2019) pertama muncul di akhir tahun 2019 tepatnya di Wuhan, China. COVID-19 merupakan sebuah virus yang penularannya sangat cepat dan sulit untuk mengetahui ciri-ciri orang yang sudah terjangkit virus ini karena masa inkubasinya kurang lebih selama 14 hari¹.

Ketika orang terinfeksi COVID 19 akan mengalami gejala yang paling umum adalah demam, batuk kering, dan kelelahan. Adapun upaya untuk mencegah virus COVID 19 adalah sering mencuci tangan, hindari menyentuh wajah, sering memakai masker, etika batuk dan bersin, hindari berkerumun dan jaga jarak, menjaga kebersihan lingkungan, makan bergizi, olahraga teratur, dan istirahat yang cukup².

Menurut data Gugus tugas covid 19 (2020) masih rendahnya kesadaran masyarakat terhadap wabah covid 19 menjadi salah satu penyebab masih tingginya angka kasus covid 19 di Indonesia³, selain itu perilaku untuk mematuhi protokol kesehatan seperti social distancing, cuci tangan dan menggunakan masker yang masih rendah juga diduga menjadi alasan masih tingginya angka penderita covid 19 masih tinggi dari hasil pengamatan masih banyak warga selalu berkumpul-kumpul ketika sore hari tanpa menggunakan masker dan itu sangat berpotensi penularan Covid-19, ini menjadi masalah besar dan harus segera dilakukan penyuluhan oleh karena itu Tim pengabdian merencanakan melakukan edukasi kepada warga bontoramba dan bontokamase tentang pencegahan covid-19⁴.

METODE PELAKSANAAN

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Dusun kampung parang Desa Bontoramba kec. Bontonompo Selatan kab. Gowa Tujuan kegiatan pengmas ini, yaitu untuk mewujudkan Perilaku Pencegahan Covid-19, kegiatan ini dilakukan pada September tahun 2020

Metode yang dilakukan berupa :

1. Sosialisasi kepada masyarakat mengenai kegiatan pengmas, tujuan kegiatan serta teknis pelaksanaan kegiatan pengmas.
2. Penyuluhan kepada masyarakat dusun kampung parang desa Bontoramba kec. Bontonampo Selatan kab. Gowa.
 - a. Penyampian materi tentang Upaya Pencegahan Penyakit COVID-19
 - b. Penyampian pentingnya cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar dengan menggunakan 6 langkah
 - c. Praktek Cara cuci tangan yang baik dan benar

Persiapan kegiatan pengabdian masyarakat meliputi :

- a. Melakukan koordinasi dengan pihak puskesmas Bontonampo I dan pihak kepala desa/dusun untuk penetapan pelaksanaan kegiatan .
- b. Mengadakan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan dengan pihak kepala desa kampung Parang kel. Bontoramba Kec. Bontonampo selatan
- c. Mempersiapkan pre planning kegiatan meliputi penetapan tujuan, media, metode, sasaran kegiatan dan materi yang akan disampaikan.
- d. Mempersiapkan materi edukasi tentang praktek memakai dan melepaskan masker. Tujuan dari kegiatan ini adalah mengajarkan warga bagaimana mencuci tangan pakai sabun yang baik dan benar dengan 6 (enam) langkah. sebagai salah satu upaya memutuskan mata rantai penyebaran COVID-19
- e. Mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk pemberian edukasi .
- f. Materi yang dibawa ke warga desa kampung Parang kelurahan Bontoramba Kecamatan Bontonampo Selatan yaitu :pencegahan penyebaran penyakit covid-19 dengan selalu cuci tangan disertai dengan praktek cuci tangan. Selama materi berlangsung, peserta yang hadir tampak antusias memperhatikan edukasi yang diberikan dan pada saat pelaksanaan praktek warga kegiatan dilakukan selama 45 menit
- g. Sebelum diberikan edukasi tentang cara cuci tangan yang baik dan benar terlebih dahulu warga diberikan kesempatan cara cuci tangan, selanjutnya dilakukan edukasi tentang cara cuci tangan yang baik dan benar dengan menggunakan 6 langkah.
- h. Warga desa Kampung Parang tampak mengerti tentang edukasi yang diberikan dan langsung mempraktekkan cara cuci tangan yang baik dan benar dengan menggunakan nama langkah.



Gambar 1 & 2 . Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

- i. Setelah kegiatan edukasi warga sudah memahami pencegahan dari penyebaran covid -19 dan akan menggunakan masker ketika berktivitas diluar rumah. Seperti tampak gambar dibawah ini semua warga menggunakan masker ketika berfoto bersama dengan kami seperti tampak pada gambar dibawah ini

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat kepada warga desa kampung Parang kelurahan Bontoramba Kecamatan Bontonompo Selatan bekerjasama dengan Puskesmas Bontonompo Kab Gowa Sulawesi Selatan dilaksanakan pada hari Selasa, 22 September 2020 jam 15.00-17.30 WITA. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini yaitu dengan pemberian pendidikan kesehatan dalam bentuk penyuluhan ke warga desa kampung Parang kelurahan Bontoramba dengan menggunakan media *Flipchart* dan *leaflet* serta alat peraga langsung cara mempraktekkan cuci tangan yang baik dan benar dengan menggunakan 6 langkah, warga desa kelurahan parang diharapkan dapat terjadi peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku cara mempraktekkan cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar dengan menggunakan 6 langkah.

Materi Penyuluhan kesehatan diberikan kepada warga desa kampung Parang Kelurahan Bontoramba tentang pencegahan COVID -19 diantaranya dengan dengan selalu cuci tangan pakai sabun setelah memegang sesuatu /benda setelah pemberian materi dilanjutkan dengan tanya jawab dengan ibu warga Desa Parang sekaligus melakukan evaluasi sejauh mana kemampuan warga dalam penerapan cuci tangan yang baik dan benar dengan menggunakan 6 langkah⁵. hasil evaluasi yang ditemukan yakni Masyarakat sudah mampu menerapkan enam langkahj cuci tangan dengan baik.

Prinsip dari 6 langkah cuci tangan antara lain : Dilakukan dengan menggosokkan tangan menggunakan cairan antiseptik (*handrub*) atau dengan air mengalir dan sabun antiseptik (*handwash*). *Handrub* dilakukan selama 20-30 detik sedangkan *handwash* 40-60 detik, 5 kali melakukan *handrub* sebaiknya diselingi 1 kali *handwash*.

6 langkah cuci tangan yang benar menurut WHO yaitu :

1. Tuang cairan *handrub* pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar.
2. Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian
3. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih
4. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci
5. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian
6. Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan

Tujuan dari kegiatan ini adalah diharapkan dengan pemberian penyuluhan kesehatan dapat terjadi peningkatan pengetahuan dapat mempengaruhi sikap yang diikuti oleh perubahan perilaku dalam hal ini cara mencuci tangan pakai sabun yang baik dan benar dengan menggunakan 6 langkah setelah beraktifitas diluar rumah.⁶ Seperti yang dikemukakan oleh Notoatmojo, Pengetahuan diperlukan sebagai dukungan dalam menimbulkan rasa percaya diri maupun sikap dan perilaku setiap hari, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.⁷ Pengetahuan yang baik mengenai upaya pencegahan penyakit Covid-19 dengan selalu cuci tangan pakai sabun dengan baik dan benar dengan 6 langkah sangat mempengaruhi perilaku masyarakat dalam melakukan upaya pencegahan penyakit Covid-19⁸. Masyarakat dengan pengetahuan yang baik diharapkan dapat melakukan upaya pencegahan penyakit Covid-19 yang tepat.

Kesadaran akan tumbuh pada masyarakat untuk melakukan upaya pencegahan penyakit Covid-19 jika warga mempunyai pengetahuan yang baik.⁹ Hasil dari kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan Covid 19 dan praktek cuci tangan pakai sabun dengan 6 langkah, meningkatnya pengetahuan dan pemahaman warga desa kelurahan Parang dalam hal cuci tangan pakai sabun dengan 6 langkah sebagai upaya pencegahan dari penyebaran covid-19 kemampuan dalam memberikan penyuluhan kepada masyarakat dengan metode yang lebih menarik sehingga meningkatkan pengetahuan ibu warga desa kelurahan Parang dapat berbagi kepada masyarakat tentang pentingnya penggunaan masker dalam upaya pencegahan penyebaran COVID-19¹⁰.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang Pencegahan upaya pencegahan penyakit *COVID-19* dengan selalu cuci tangan pakai sabun baik dan benar dengan 6 langkah disertai dengan praktik cuci tangan akan meningkatkan pengetahuan dan diharapkan terjadi perubahan perilaku dalam cuci masyarakat. Hal tersebut terlihat dari antusiasme warga desa terhadap materi yang disampaikan disertai dengan praktek cuci tangan yang benar sebagai hasil evaluasi kegiatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang turut terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Suni NSP. Kesiapsiagaan Indonesia Menghadapi Potensi Penyebaran Corona Virus Disease. *J Info Singkat*. 2020;XII(3):13–8. Singkat. 2020;XII(3):13–8.
2. WHO. Transmisi SARS-CoV-2: implikasi terhadap kewaspadaan pencegahan infeksi. 2020;1–10.
3. Kementerian Kesehatan RI. Surat Edaran Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.02.01/Menkes/303/2020 Tahun 2020. Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Melalui Pemanfaat Teknol Inf Dan Komun Dalam Rangka Pencegah Penyebaran Corona Virus Dis 2019. 2020;2016:2–5.
4. Satgas Penanganan COVID-19 Indonesia. Analisis Data COVID-19 Indonesia. Satuan Gugus Tugas
5. Penanganan COVID-19 Indones. 2021;1–174.
Sartika RAD. Analisis Pemanfaatan Program Pelayanan Kesehatan Status Gizi Balita. *J Kesehat Masy Nas* [Internet]. 2010;5(2):1–8. Available from: <http://journal.fkm.ui.ac.id/kesmas/article/view/152>
6. Eso A, Yusran NA, Rachman PF, Kedokteran F, Oleo UH, Tenggara S, et al. Pembuatan Dan Pemanfaatan Antiseptik Dan Desinfektan. 2021;1(1):1–8.
7. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta. 2012.
8. Saragih S, Catherine C, Saragih NP. Penerapan Protokol Kesehatan 5 M Pada Masyarakat Lapas Wanita Kelas I a Tanjung Gusta Medan. *JUKESHUM J Pengabd Masy*. 2021;1(2):54–8.
9. Yusriani. Prosiding Seminar Nasional SMIPT 2020 Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan Mempengaruhi Perilaku Panic Buying Selama Pandemic Covid-19 Prosiding Seminar Nasional SMIPT 2020 Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan dan Teknologi , vol . 3 , nol . 1 , 2020. 2020;3:38–46.
10. Amir H, Agus AI, Irfan M, Bima M, Ad IA, Hafid MF, et al. Penerapan 3M dalam Mencegah Penularan Covid-19 di Desa Lonjoboko Kabupaten Gowa. 2021;1(01):1–4.