



SOSIALISASI GAMBARAN PERILAKU CUCI TANGAN PADA LANSIA

Lyanna Arsianti

^a Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesetiakawanan Sosial Indonesia, DKI Jakarta, Indonesia

ABSTRACT

Growing old is a natural process, which means that a person has gone through three stages of life, namely child, adult, and old. The older a person is, they will experience a setback, especially in the field of physical abilities. This resulted in the emergence of disturbances in meeting the needs of life, especially the need for personal hygiene. socialization about washing habits and proper washing methods need to be conveyed to the community to improve personal hygiene and reduce the risk of contracting disease and transmitting disease to the elderly.

Keyword: *Elderly, Handwashing, hygiene*

ABSTRAK

Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua. Semakin lanjut usia seseorang, mereka akan mengalami kemunduran terutama dibidang kemampuan fisik. Hal ini mengakibatkan timbulnya gangguan di dalam mencukupi kebutuhan hidupnya khususnya kebutuhan kebersihan diri. sosialisasi tentang kebiasaan cuci dan cara mencuci yang benar perlu disampaikan kepada masyarakat untuk meningkatkan personal hygiene dan menurunkan resiko terkena penyakit dan menularkan penyakit pada lansia.

Kata Kunci: *Lansia, Mencuci tangan, kebersihan*

1. PENDAHULUAN

Menurut hasil survei sosial ekonomi nasional (Susenas, 2010) semakin meningkatnya usia harapan hidup penduduk, mengakibatkan jumlah penduduk lansia terus meningkat dari tahun ke tahun. Selama empat desawarsa terakhir, Indonesia menempati posisi empat jumlah populasi terbesar dunia terbesar di dunia, berdasarkan data sensus penduduk 2010 yang diselenggarakan Badan Pusat Statistik (BPS), tercatat bahwa penduduk indonesia tahun 2010 berjumlah 237.641.326 jiwa dengan jumlah penduduk lansia sebanyak 18.118.699 jiwa (Sunario,dkk, 2016).

Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah memulai tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua. Tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikososial. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik yang di tandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong pendengaran kurangn jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat, dan figur tubuh yang tidak proporsional (Nugroho, 2008).

Semakin lanjut usia seseorang, mereka akan mengalami kemunduran terutama dibidang kemampuan fisik. Hal ini mengakibatkan timbulnya gangguan di dalam mencukupi kebutuhan hidupnya khususnya kebutuhan kebersihan diri, pada lansia dapat mempengaruhi gambaran diri dan menyebabkan lansia merasa kurang baik secara

penampilan. Untuk menjaga kebersihan diri salah satunya dengan Perilaku cuci tangan yang baik.

Kesehatan usia lanjut perlu dipelihara oleh karena secara normal akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial. Namun apabila diantisipasi sebelumnya tidak akan terjadi penurunan yang drastis sehingga mengurangi penyebab penyakit yang berat atau bahkan kematian. Perilaku cuci tangan dapat mencegah berbagai penyakit yang mudah terkena pada usia lanjut, walau usia secara alami mengalami penurunan berbagai fungsi organ sehingga rentan terhadap penyakit baik akut atau kronis, kecenderungan penyakit metabolik, infeksi degeneratif dan gangguan psikososial (Nugroho, 2008).

Dari berbagai aspek diatas, maka sosialisasi tentang kebiasaan cuci dan cara mencuci yang benar perlu disampaikan kepada masyarakat untuk meningkatkan personal hygiene dan menurunkan resiko terkena penyakit dan menularkan penyakit pada lansia.

2. METODE

Mekanisme pelaksanaan kegiatan pengabdian meliputi survei ke desa mitra untuk persiapan kegiatan penyuluha. Kegiatan dilakukan melalui zoom meeting karena aturan jaga jarak yang ditetapkan pada masa pandemic.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi tentang perilaku mencuci tangan yang baik dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan gambaran mencuci tangan yang benar. Target kegiatan adalah para lansia namun menimbang kegiatan ini dilaksanakan via Zoom Meeting, maka para lansia didampingi atau diwakilkan oleh anak mereka supaya penjelasan yang diberikan bisa diteruskan kepada para peserta lansia. Meskipun demikian, kegiatan berjalan dengan lancar dan proses sosialisasi berjalan dengan baik. Peserta yang mewakilkan para orang tua mereka aktif dalam memberikan pendapat dan pertanyaan dan peserta memahami bahwa perilaku cuci tangan yang baik untuk para lansia itu perlu diperhatikan.

Perilaku mencuci tangan yang baik memang masih harus diterapkan, terutama untuk lansia yang sudah mengalami kemunduran dari segi kesadaran kebersihan diri sendiri. Sementara hal ini akan sangat membahayakan kondisi kesehatan lansia yang semakin turun.

4. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi tentang perilaku cuci tangan yang baik terutama untuk para lansia berjalan dengan lancar. Kegiatan sosialisasi mendapat respon yang positif. Kegiatan ini untuk dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran masyarakat bukan hanya lansia namun juga dari semua rentang usia.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diucapkan kepada semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan penyuluhan ini terutama kepada masyarakat yang antusias selama kegiatan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistikes. (2010). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*, BPS : Jakarta
- Grayson L, Russo P, Ryan K et al. (2009). *Hand Hygine Australia Manual*. Australian Commission for Safety and Quality in healthcare and World Health Organization
- Nugroho, Wahyudi. (2008). *Keperawatan Gerontil & Geriatrik*. Edisi Ketiga. Jakarta : ECG
- Sunaryo. Dkk. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : CV. Andi Offset