



EDUKASI PERILAKU PHBS MELALUI CUCI TANGAN DENGAN MEMAKAI SABUN SEBAGAI TINDAKAN PENCEGAHAN TRANSMISI PENYAKIT

Isni Hijriana^{1*}, Yulidar², Lisma Luciana²

¹Program Studi D-III Kependidikan Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jabal Ghafur, Jl. Lkr. Keuniree, Keuniree, Pidie, Aceh 24114, Indonesia

²Program Studi Sarjana Farmasi Klinis, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jabal Ghafur, Jl. Lkr. Keuniree, Keuniree, Pidie, Aceh 24114, Indonesia

*hijrianaisni@gmail.com

ABSTRAK

Tangan merupakan bagian tubuh yang langsung bersentuhan dengan kotoran, kebiasaan anak-anak yang tidak mencuci tangan setelah bersentuhan dengan benda yang kotor menyebabkan masuknya bakteri kedalam tubuh, akibatnya penyakit akan bersarang dalam tubuh anak seperti cacingan, diare, batuk, dan penyakit infeksi lainnya. Pendidikan kesehatan tentang mencuci tangan penting diberikan kepada anak-anak untuk menumbuhkan perilaku hidup bersih dan sehat. Mencuci tangan dengan memakai sabun merupakan salah satu tindakan dari perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang bertujuan untuk memutuskan rantai penyebaran penyakit melalui kontak langsung maupun tidak langsung sehingga dapat menghambat terjadinya penularan penyakit. Tujuan dari kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran pada anak-anak untuk mencuci tangan dengan berpedoman pada langkah-langkah cuci tangan guna meningkatkan derajat kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit infeksi. Peserta dalam kegiatan ini yaitu anak-anak usia pra sekolah dan usia sekolah dasar sebanyak 23 orang anak, pelaksanaan kegiatan terdiri dari pemberian penyuluhan atau pendidikan tentang cuci tangan dan dilanjutkan dengan demonstrasi cuci tangan, kemudian dilakukan evaluasi dengan cara menanyakan kembali tentang hal-hal yang menyangkut dengan cuci tangan dan meminta anak-anak untuk mempraktekkan cuci tangan. Hasil kegiatan PKM ini, anak-anak sangat antusias mengikuti demonstrasi cuci tangan, dan dapat mempraktekkan langkah-langkah cuci tangan dengan benar.

Kata kunci: cuci tangan; perilaku PHBS; transmisi penyakit

PHBS BEHAVIOR EDUCATION THROUGH HANDS WASHING WITH SOAP AS A PREVENTION OF DISEASE TRANSMISSION

ABSTRACT

Hands are the part of the body that is directly in contact with dirt, the habit of children not washing their hands after coming into contact with dirty objects causes bacteria to enter the body, as a result diseases will nest in the child's body such as intestinal worms, diarrhea, coughing, and other infectious diseases. It is important to give health education about hand washing to children to foster clean and healthy living habits. Washing hands with soap is an act of clean and healthy living behavior (PHBS) which aims to break the chain of disease transmission through direct or indirect contact so as to prevent disease transmission. The purpose of this activity is expected to increase understanding and awareness in children to wash their hands with the steps to wash hands to improve health status and prevent infectious diseases. Participants in this activity were 23 children

of pre-school age and elementary school age, the implementation of the activity consisted of providing counseling or education about hand washing and continued with hand washing demonstrations, then evaluating by asking again about things that regarding hand washing and asking children to practice hand washing. As a result of this PKM activity, the children were very enthusiastic about participating in the hand washing demonstration, and were able to practice the steps of washing hands properly.

Keywords: disease transmission; hands washing; PHBS behaviour

PENDAHULUAN

Status kesehatan Indonesia sangat kuat dipengaruhi oleh perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS atau Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). PHBS program harus dilaksanakan dari sekolah usia sehingga praktik gaya hidup sehat dapat bertahan ke masa dewasa (Kusumawardani et al., 2019). Mencuci tangan merupakan salah satu tindakan PHBS atau perilaku hidup bersih dan sehat yang sedang menjadi perhatian secara global. perilaku cuci tangan yang buruk menjadi masalah tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju yang individunya masih kurang menyadari pentingnya mencuci tangan. Mencuci tangan memakai sabun adalah bagian dari *Clean and Healthy Program* perilaku dalam rumah tangga. salah satu tindakan preventif adalah mencuci tangan dengan sabun melalui tindakan sanitasi dengan cara membersihkan tangan dan jari menggunakan sabun dan air. Tangan manusia merupakan agen pembawa kuman dan penyebab penularan ke individu yang lain baik melalui kontak langsung atau tidak langsung (M. Noer et al., 2021).

Pemerintah secara terus-menerus melakukan peningkatan kesehatan masyarakat di Indonesia, pemerintah mencanangkan program cuci tangan pakai sabun yang bertujuan untuk peningkatan kebersihan agar tidak terjangkit penyakit. mencuci tangan pakai sabun/*hand hygiene* sangat efektif dalam mencegah infeksi, gal ini terbukti bahwa cuci tangan memakai sabun dapat menurunkan resiko infeksi. Cuci tangan pakai sabun dengan 6 langkah merupakan bentuk dari sanitasi total berbasis masyarakat. Penggunaan sabun dan *hand sanitizer* yang mengandung alkohol 70% sangat efektif menurunkan jumlah kuman, serta dapat menurunkan jumlah koloni bakteri pada tangan (Sinanto, 2020). tidak mencuci tangan setelah buang air besar dan sebelum makan merupakan kesadaran yang rendah dari perilaku hidup bersih dan sehat (Yeshitila et al., 2020)

Penelitian yang dilakukan oleh (Ade Nuraeni et al., 2022), yang mengidentifikasi tentang hubungan perilaku cuci tangan dengan kejadian diare pada anak usia sekolah, didapatkan hasil bahwa Prevalensi diare pada anak usia 5-14 tahun mencapai 182.338 (6,2%), Uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara variabel cuci tangan-perilaku dengan kasus diare ($p=<0,001$), Mencuci tangan merupakan hal yang sangat penting untuk pencegahan dan pengendalian penularan penyakit diare. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Idris et al., 2022) menyebutkan bahwa pengetahuan tentang cuci tangan sebagai upaya pencegahan Covid-19 pada anak penting untuk ditingkatkan, terdapat pengaruh penyuluhan cuci tangan pakai sabun (CTPS) terhadap pengetahuan dan sikap siswa. Berdasarkan pembahasan dapat

disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan cuci tangan pada sikap dan pengetahuan cuci tangan. Oleh karena itu, siswa hendaknya menerapkan cuci tangan memakai sabun (CTPS) dalam mencegah penularan dari Covid-19.

Pemberian informasi kepada masyarakat melalui Media promosi kesehatan yang menarik seperti media video tentang cuci tangan yang benar, Media video ini dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap masyarakat tentang pentingnya mencuci Tangan, karena berfungsi untuk memudahkan pesan yang disampaikan oleh promotor kesehatan agar tersampaikan dengan lebih jelas. Tanpa menggunakan media alias promosi kesehatan menjadi membosankan dan membuat audiens tidak focus (Kantohe, 2016). Tujuan dari pengabdian masyarakat yang penulis lakukan yaitu untuk meningkatkan kesadaran pada anak-anak untuk selalu menjaga kapan saat diperlukan untuk mencuci tangan seperti setelah menyentuh benda yang kotor, sebelum makan, setelah bermain, setelah batuk dan bersin.

METODE

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Bale Desa, Desa Graharu, Kabupaten Pidie Jaya pada tanggal 18 Juni 2022. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari anak-anak usia pra sekolah dan usia sekolah dasar sebanyak 23 orang anak. Tahapan pelaksanaan kegiatan terdiri dari pemberian penyuluhan atau pendidikan tentang cuci tangan (pengertian, manfaat, kapan saja harus mencuci tangan, alasan untuk mencuci tangan, dampak jika tidak mencuci tangan serta langkah-langkah mencuci tangan), diskusi atau tanya jawab, kemudian demonstrasi cuci tangan dan diakhiri dengan pemberian sovenir dan snack. Alat yang digunakan dalam kegiatan yaitu laptop yang menampilkan video-animasi yang menarik tentang materi cuci tangan, infokus, dan leaflet. Setelah penjelasan materi dan demonstrasi cuci tangan, kegiatan selanjutnya yaitu melakukan evaluasi dengan cara menanyakan kembali tentang hal-hal yang menyangkut dengan cuci tangan dan meminta anak-anak untuk mempraktekkan cuci tangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Bale Desa, Desa Graharu, Kabupaten Pidie Jaya. Kegiatan dilakukan bersama mahasiswa Prodi D-III Keperawatan sebanyak 6 orang. Peserta yang mengikuti penyuluhan terdiri dari Anak-anak sebanyak 23 orang. Hasil dari pengabdian masyarakat ini antara lain, didapatkan 80 % anak-anak mempunyai pengetahuan yang baik tentang pengertian, manfaat, kapan saja harus mencuci tangan, alasan untuk mencuci tangan, dampak jika tidak mencuci tangan serta langkah-langkah mencuci tangan. Pada saat sesi diskusi didapatkan data melalui hasil observasi, dimana peserta penyuluhan sangat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini.

Kegiatan penyuluhan ini merupakan bagian dari pendidikan kesehatan, pendidikan kesehatan dapat meningkatkan perilaku kesehatan. Pendidikan Kesehatan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan dan membuat keputusan yang tepat sehubungan dengan perawatan kesehatan berdasarkan pengalaman yang didapat. Berdasarkan teori HPM, proses hasil perilaku yang sebelumnya sehat dipengaruhi oleh proses biopsikososial dan pengalaman individu (Pender & Parson, 2011). Pelatihan teknik cuci tangan yang benar dan praktik cuci tangan yang higienis berpengaruh positif terhadap tingkat

pengetahuan dan perilaku (Wazzan, 2018). Cara yang tepat mencuci tangan pakai sabun menurut (Kemenkes RI, 2020), yaitu mencuci tangan dibawah air bersih yang mengalir, selama minimal 40-60 detik. Berikut adalah waktu-waktu penting yang diperlukan untuk mencuci tangan yaitu sebelum makan, sesudah buang air besar (BAB) dan menggunakan toilet, sebelum memegang bayi, Sesudah mengganti popok, menceboki membersihkan anak yang telah menggunakan toilet, sebelum, selama, dan setelah menyiapkan makanan.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu bentuk upaya promosi kesehatan baik kepada keluarga maupun masyarakat agar mereka tahu, mau dan mampu melaksanakan dan berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat. Orang dewasa dan anak-anak perlu diterapkan perilaku ini, agar terbiasa melakukan perilaku hidup bersih dan sehat bagi diri sendiri. Pada anak-anak usia sekolah, mereka banyak melakukan interaksi dengan teman sebaya dan melakukan aktivitas bermain sebagai proses belajar mengembangkan kognitif, psikomotor dan afektif. Mereka berinteraksi dengan orang dan alat yang mungkin saja terpapar bakteri atau virus patogen. Cuci tangan dengan memakai sabun adalah salah satu kegiatan untuk mencegah penularan pathogen tersebut. Dengan menerapkan perilaku cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar diharapkan dapat menjadi pemutus penyebaran virus yang menempel di tangan saat memegang benda sebelum mereka menyentuh benda lain seperti makanan atau hidung dan mulut mereka sendiri., selain itu juga dapat mencegah terjangkitnya penyakit menular, perilaku hidup bersih dan sehat, mencuci tangan juga dilakukan untuk pencegahan anak-anak dari penyakit lainnya seperti diare, cacingan dan lain sebagainya (Cing & Hardini, 2022).

Mencuci tangan dapat mengurangi episode penularan agen infeksi baik di lingkungan masyarakat maupun layanan kesehatan. Mencuci tangan merupakan faktor kunci penting untuk mencegah penularan agen infeksi. pemantauan cuci tangan secara permanen untuk mengurangi penularan infeksi sangat penting (Ataee, 2017). Pemberian edukasi tentang mencuci tangan bermanfaat dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan peran masyarakat dalam mencegah infeksi kecacingan. Penyakit kecacingan yang disebabkan oleh *Ascaris lumbricoides*, *Trichuris trichiura*, *Strongyloides stercoralis*, *Necator americanus* dan *Ancylostoma sp*, dan ditularkan melalui tanah (*Soil Transmitted Helminth*) disebut juga sebagai infeksi cacing usus merupakan penyakit kecacingan yang paling sering terjadi oleh. Selain itu, mendorong cuci tangan di tingkat individu menekan angka infeksi protozoa usus (Wahdini et al., 2021), (Lin et al., 2018). Perilaku PHBS bermanfaat untuk mencegah terjadinya kecacingan yaitu dengan cara mencuci tangan memakai sabun, penggunaan sumber air bersih ketika memasak, menjaga kebersihan dan keamanan makanan, menggunakan jamban yang sehat, kondisi lingkungan sekitar rumah yang sehat (Panjaitan, 2022). Sebagian besar kematian yang terkait dengan diare disebabkan oleh patogen yang didapat akibat air minum yang tidak aman, kondisi sanitasi yang buruk, dan kurangnya kebersihan. Mencuci tangan dengan sabun dan air menghilangkan bakteri, virus, dan parasit penyebab penyakit. Program dan kegiatan yang mendorong orang untuk mencuci tangan telah dikembangkan untuk digunakan di masyarakat dan sekolah, termasuk pelatihan kebersihan, poster, leaflet, buku komik, lagu, dan drama (Ejemot-Nwadiaro et al., 2021)

Kebiasaan tidak mencuci tangan juga berpengaruh pada kejadian stunting (Lin et al., 2020),(Demirchyan & Petrosyan, 2017). Akses yang buruk ke fasilitas air, sanitasi, dan cuci tangan (*hand washing*) sering berkontribusi terhadap kegagalan tumbuh kembang anak (Bekele et al., 2020) (Luby et al, 2018). Stunting adalah keadaan tubuh pendek atau sangat pendek melebihi -2 SD (Standar Deviasi) di bawah median panjang berdasarkan tinggi badan menurut umur. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan dengan kebiasaan cuci tangan pakai sabun. Hal ini dapat menyebabkan seringnya penyakit diare yang dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan pada anak. Dampak penyakit diare berulang dilaporkan mempengaruhi tumbuh kembang anak secara optimal dan mengakibatkan anak mengalami stunting (Ahmadi et al., 2020).



Gambar 1. Demonstarsi cuci tangan bersama anak-anak

SIMPULAN

Setelah diberikan informasi dan demonstrasi cuci tangan memakai sabun dengan berpedoman pada 7 langkah cuci tangan, Anak-anak menjadi paham pada saat kapna saja mereka harus mencuci tangan, dan mereka juga sudah dapat mempraktekkan cara mencuci tangan dengan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Nuraeni, Rosiah, R., Megga Putri Kemala Supendi, & Adhan Efendi. (2022). the Relationship of Hand Washing Behavior Towards Diarrhea Cases in School-Age Children. *Journal of Vocational Nursing*, 3(2), 105–109. <https://doi.org/10.20473/jovin.v3i2.39527>
- Ahmadi, Sulistyorini, L., Azizah, R., & Oktarizal, H. (2020). Association between toilet availability and handwashing habits and the incidence of stunting in young children in Tanjung Pinang City, Indonesia. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 16(2), 215–218.
- Ataee RA, Ataee MH, Mehrabi Tavana A, Salesi M. Bacteriological Aspects of Hand Washing: A Key for Health Promotion and Infections Control. *Int J Prev Med*. 2017 Mar 10;8:16. doi: 10.4103/2008-7802.201923. PMID: 28382192; PMCID: PMC5364736.
- Al-Wazzan B., Salmeen Y., Al-Amiri E., Abul A., Bouhaimeed M., Al-Taiar A. (2011). Hand hygiene practices among nursing staff in public secondary care hospitals in Kuwait: Self-report and direct observation. *Medical Principles and Practice*, 20, 326–331.10.1159/000324545
- Bekele, T., Rahman, B., & Rawstorne, P. (2020). The effect of access to water, sanitation and handwashing facilities on child growth indicators: Evidence from the Ethiopia Demographic and Health Survey 2016. *PLoS ONE*, 15(9 September), 1–21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239313>
- Cing, M., & Hardini, D. S. (2022). Pencegahan Penyakit Menular Melalui Pelatihan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Sekolah Mi Muhammadiyah Singasari. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* ..., 81–85. <https://jurnal.politap.ac.id/index.php/literasi/article/view/171%0Ahttps://jurnal.polita p.ac.id/index.php/literasi/article/download/171/101>
- Demirchyan, A., & Petrosyan, V. (2017). Hand hygiene predicts stunting among rural children in Armenia. *European Journal of Public Health*, 27, 502–503.
- Ejemot-Nwadiaro, R. I., Ehiri, J. E., Arikpo, D., Meremikwu, M. M., & Critchley, J. A. (2021). Hand-washing promotion for preventing diarrhoea. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2021(1). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004265.pub4>
- Idris, I., Nursiah, A., Syarif, I., & Latif, Y. (2022). Handwashing with Soap Counseling (CTPS) on Children's Knowledge and Attitudes in the Era of the Covid-19 Pandemic.

Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA), 4(2), 252–258.
<https://doi.org/10.36590/jika.v4i2.354>

Kemenkes RI. (2020). Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun. *Kesehatan Lingkungan*, 1–34.

Kusumawardani, L. H., Rekawati, E., & Fitriyani, P. (2019). Improving diarrhoeal and clean and healthy living behaviour (PHBS) through collaboration socio-dramatic play (Ko-Berdrama) in school age children. *Sri Lanka Journal of Child Health*, 48(3), 240–245. <https://doi.org/10.4038/sljch.v48i3.8759>

Lin, A., Ali, S., Arnold, B. F., Ziaur Rahman, M., Alauddin, M., Grembi, J., Mertens, A. N., Famida, S. L., Akther, S., Saheen Hossen, M., Mutsuddi, P., Shoab, A. K., Hussain, Z., Rahman, M., Unicomb, L., Ashraf, S., Naser, A. M., Parvez, S. M., Ercumen, A., ... Luby, S. P. (2020). Effects of water, sanitation, handwashing, and nutritional interventions on environmental enteric dysfunction in young children: A Cluster-randomized, Controlled Trial in Rural Bangladesh. *Clinical Infectious Diseases*, 70(5), 738–747. <https://doi.org/10.1093/cid/ciz291>

Lin, A., Ercumen, A., Benjamin-Chung, J., Arnold, B. F., Das, S., Haque, R., Ashraf, S., Parvez, S. M., Unicomb, L., Rahman, M., Hubbard, A. E., Stewart, C. P., Colford, J. M., & Luby, S. P. (2018). Effects of water, sanitation, handwashing, and nutritional interventions on child enteric protozoan infections in rural Bangladesh: A cluster-randomized controlled trial. *Clinical Infectious Diseases*, 67(10), 1515–1522. <https://doi.org/10.1093/cid/ciy320>

Luby SP, Rahman M, Arnold BF, Unicomb L, Ashraf S, Winch PJ, et al. Effects of water quality, sanitation, handwashing, and nutritional interventions on diarrhoea and child growth in rural Bangladesh: a cluster randomised controlled trial. *The Lancet Global Health*. 2018; 6(3):e302–15. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(17\)30490-4](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(17)30490-4) PMID: 29396217

M. Noer, R., Nurningsih Sinuraya, Septi Maisyaroh Ulina Panggabean, Zulfitri Kadri, & Yuni Satriani. (2021). The 6 Steps of Handwashing Education. *International Journal Of Community Service*, 1(1), 28–34. <https://doi.org/10.51601/ijcs.v1i1.5>

Panjaitan, J. S. (2022). Edukasi Tentang Pencegahan Infeksi Kecacingan Disebabkan Oleh Soil Transmitted Helmith Dengan Menggunakan Metode Ceramah Kepada Masyarakat Di Desa Namo Rambe. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 51–61. <https://doi.org/10.51622/pengabdian.v3i1.424>

Pender N, Murdaugh C, Parsons MA. Health promotion in nursing practice. Seventh Edition. Sidney: Appleton & Lange. 2011.

Sinanto, R. A. (2020). *Efektivitas Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Upaya Pencegahan Infeksi : Tinjauan Literatur*. 8(2).

- Wahdini, S., Putra, V. P., & Sungkar, S. (2021). The prevalence of intestinal protozoan infections among children in southwest sumba based on the type of water sources. *Infection and Chemotherapy*, 53(3), 519–527. <https://doi.org/10.3947/ic.2021.0067>
- Yeshitila, Y. G., Zewde, H., Mekene, T., Manilal, A., Lakew, S., & Teshome, A. (2020). Prevalence and Associated Risk Factors of Intestinal Parasites among Schoolchildren from Two Primary Schools in Rama Town, Northern Ethiopia. *Canadian Journal of Infectious Diseases and Medical Microbiology*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/5750891>.