

SOSIALISASI CUCI TANGAN PADA LANSIA

Uway Wariah^{1*}, Dany Aulia², Muhammad Arief Setiawan³¹⁻³Universitas Singaperbangsa Karawang

Email Korespondensi: uway.wariah@fikes.unsika.ac.id

Disubmit: 19 November 2021

Diterima: 22 Januari 2022

Diterbitkan: 03 April 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.5548>

ABSTRAK

Perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. Perilaku cuci tangan yang benar merupakan salah satu aspek yang menjadi indikator dalam PHBS (Pola Hidup Sehat dan Bersih) yang saat ini menjadi perhatian dunia. Hal ini disebabkan tidak hanya di Negara berkembang, namun juga di Negara maju, masih banyak masyarakat yang lupa melakukan perilaku cuci tangan yang benar. Berdasarkan bukti ilmiah, COVID-19 dapat menular dari manusia ke manusia melalui percikan batuk/bersin (droplet), tidak melalui udara. Rekomendasi standar untuk mencegah penyebaran infeksi adalah melalui cuci tangan secara teratur menggunakan sabun dan air bersih. Terkait perkembangan virus corona tersebut, akhirnya pemerintah menganjurkan kepada siapapun yang batuk dan yang menderita penyakit influenza untuk menggunakan masker, tujuannya untuk membatasi percikan droplet dari yang bersangkutan. Manfaat dalam kegiatan ini dapat memberikan pengetahuan tentang Melakukan Cuci Tangan pada para pengunjung Puskesmas Telagasari Di Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2020 sehingga bisa meminimalisir angka kejadian positif covid 19 dengan demikian angka harapan hidup semakin meningkat. Kegiatan ini melakukan sosialisasi dengan menggunakan pamflet, liflet serta wawaran tentang tata cara mencuci tangan dengan baik. Sehingga adanya peningkatan kesadaran masyarakat dalam mematuhi protokol kesehatan di masa pandemi.

Kata Kunci: Sosialisasi, Cuci Tangan, Covid 19

ABSTRACT

Hands are one of the main agents for the entry of germs or disease-causing microorganisms, through the mouth, nose and other body parts. There are many health problems caused by washing hands, such as worms, diarrhea, respiratory infections, stomach pain, vomiting, sore throat, and deadly diseases such as SARS, bird flu, swine flu, covid 19. Washing hands is one simple behavior which is important to apply into a habit in everyday life. The aim of community service is to increase knowledge and behavior of clean and healthy living (PHBS) in the elderly and society in general so that they can prevent the spread of infectious diseases including the spread of covid 19. After hand washing socialization training is carried out, all training participants (elderly cadres) are able to do wash hands properly so that every Posbindu implementation in the working area of the Telagasari Community Health Center is able to conduct hand washing socialization. It is hoped that it will raise awareness in the elderly to have a

clean and healthy lifestyle during the adaptation period of new habits and comply with health protocols, namely implementing 3M (using masks, washing hands and maintaining a distance and hand washing socialization activities carried out at each posbidu are carried out continuously and consistently.

Keywords: Socialization; Washing hands; Covid-19

1. PENDAHULUAN

Coronavirus Disease (Covid 19) adalah virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya. Pada tanggal 31 Desember 2019, WHO merilis kasus Covid 19 untuk pertama kalinya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China. Setelah itu, penambahan jumlah kasus Covid 19 berlangsung cukup cepat dan menyebar ke berbagai negara. Covid 19 menyerang hampir semua kelompok umur, dengan salah satu kelompok umur yang paling beresiko terpapar adalah lanjut usia. (Goyena & Fallis, 2019)

Di Indonesia, kasus pertama positif Covid 19 diumumkan pada tanggal 2 Maret 2020, dan setelah itu semakin meluas di berbagai daerah. Berbagai upaya dilakukan oleh pemerintah melalui Kementerian/Lembaga sesuai dengan bidang kerjanya. Kementerian Sosial RI dalam hal ini sangat berkomitmen mendukung upaya pemerintah dalam penanggulangan dan pencegahan Covid 19. Mempertimbangkan bahwa lanjut usia merupakan salah satu kelompok umur yang sangat rentan terkena wabah ini. (Goyena & Fallis, 2019)

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. (Kementerian Kesehatan RI, 2020)

Pengelolaan penyakit menular pada kelompok usia yang lebih tua harus sepenuhnya disiapkan terutama bagi masyarakat awam, ada beberapa aturan yang harus ditegakkan secara tegas. Pertama, cuci tangan dengan sabun dan air. Kedua, jangan menyentuh mata, hidung dan mulut dengan tangan yang tidak dicuci. Ketiga, tutupi mulut dan hidung dengan tisu saat batuk atau bersin. Keempat, taruh tisu bekas di keranjang sampah. Ini juga disebut etiket batuk yang benar. Meskipun pentingnya mencuci tangan telah ditegakkan dari hari ke hari, tingkat praktik mencuci tangan masih rendah. Pada kelompok usia lanjut memiliki sensitivitas tinggi terhadap infeksi virus dan bakteri karena proses penuaannya. (Song & Yang, 2016)

Lanjut usia dapat dikatakan usia emas, karena tidak semua orang dapat mencapai usia tersebut, maka orang yang berusia lanjut memerlukan tindakan preventif maupun promotif agar dapat menikmati masa tua yang berguna dan bahagia. Salah satu diantaranya adalah dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat pada lansia sebagai wujud operasional promosi kesehatan untuk mengajak, mendorong kemandirian masyarakat

berperilaku hidup bersih dan sehat. (Kustantya, 2013)

Mencuci tangan dengan sabun adalah cara yang tepat sesuai kesehatan menurut Ibrahim, dkk, 2020:192 karena sabun dapat membunuh kuman atau virus yang menempel di tangan. Maka usaha yang paling sederhana untuk menegakkan pilar hidup sehat adalah dengan gemar cuci tangan. Usaha yang oleh masyarakat dianggap sepele ini ternyata dapat berkontribusi penting pada upaya pencegahan covid-19. (Habit et al., 2020)

Menurut Kauman et al, 2019, Perilaku Hidup Sehat Dan Bersih (PHBS) pada lanjut usia dipengaruhi oleh faktor keadaan masa lalu, situasi lingkungan, keluarga serta faktor-faktor pribadi. Lansia perlu mendapatkan perhatian dengan mengupayakan agar mereka tidak terlalu tergantung kepada orang lain dan mampu mengurus diri sendiri (mandiri), menjaga kesehatan diri. (Herniwanti et al., 2020)

Terkait perkembangan virus corona tersebut, akhirnya pemerintah membuat kebijakan sebagai langkah pertama yaitu berupa anjuran social distancing. Karenanya sangat penting untuk disadari bersama dari seluruh komponen masyarakat untuk tidak melaksanakan kegiatan yang mengerahkan banyak orang dalam satu tempat yang tidak terlalu luas dan menyebabkan kerumunan. Hal ini dianggap sebagai salah satu upaya yang sangat efektif untuk mengurangi sebaran virus. Selain tetap melakukan pencegahan melalui upaya pola hidup bersih dan sehat dengan selalu mencuci tangan menggunakan sabun dengan air yang mengalir. Perilaku cuci tangan yang benar merupakan salah satu aspek yang menjadi indikator dalam PHBS yang saat ini menjadi perhatian dunia. Hal ini disebabkan tidak hanya di Negara berkembang, namun juga di Negara maju, masih banyak masyarakat yang lupa melakukan perilaku cuci tangan yang benar. Hal ini menunjukkan masih kurangnya praktek atau tindakan mencuci tangan di masyarakat. Berdasarkan pemaparan tersebut untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang penerapan perilaku hidup bersih dan sehat maka akan dilaksanakan sosialisasi cuci tangan pada lansia

2. MASALAH

Kesehatan merupakan hak asasi manusia dan sekaligus merupakan investasi sumberdaya manusia, serta memiliki kontribusi yang besar untuk meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM). Kesehatan menjadi suatu kewajiban bagi semua pihak untuk memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatan demi kesejahteraan seluruh masyarakat Indonesia. Salah satu upaya untuk menjaga kesehatan yaitu dengan mencuci tangan pakai sabun. Hal tersebut dikarenakan dengan mencuci tangan pakai sabun dengan baik dapat mencegah penyakit infeksi.

Perilaku cuci tangan yang benar merupakan salah satu aspek yang menjadi indikator dalam PHBS (Pola Hidup Sehat dan Bersih) yang saat ini menjadi perhatian dunia. Hal ini disebabkan tidak hanya di Negara berkembang, namun juga di Negara maju, masih banyak masyarakat yang lupa melakukan perilaku cuci tangan yang benar. Hal ini menunjukkan masih kurangnya praktek atau tindakan mencuci tangan di masyarakat.

Cara faktual saat ini cuci tangan masih jarang dilakukan oleh lansia karena belum tahu cara melakukannya dan akibat yang dirasakan. Padahal cuci tangan merupakan kegiatan yang penting, cuci tangan juga merupakan rutinitas yang murah untuk pengontrolan infeksi sehingga menjadi metode terbaik untuk mencegah penyebaran penyakit. Hasil study pendahuluan yang

dilakukan peneliti selama bulan Juli 2020 pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Telagasari, didapatkan dari 30 responden sebanyak 80 % tidak melakukan cuci tangan dengan baik, dan hanya 20%, lansia yang melakukannya sehingga cuci tangan belum secara optimal dilakukan, baik dari gerakan maupun keteraturannya. Banyaknya lansia yang belum melakukan cuci tangan dikarenakan masih kurangnya kesadaran untuk berperilaku hidup bersih dan sehat terutama dalam melakukan cuci tangan dan, menganggap cuci tangan kurang penting dan pengetahuan tentang manfaat cuci tangan masih rendah, dan tidak adanya motivasi dari keluarga dan masyarakat kepada lansia untuk melakukan cuci tangan.

Pendekatan kekeluargaan secara mandiri dan pemberdayaan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang cuci tangan sangat diperlukan. Perubahan pengetahuan menjadi stimulasi lansia untuk semakin menyadari tentang pentingnya cuci tangan. Hal tersebut akan berdampak pada perilaku lansia untuk melakukan cuci tangan.

UPTD (Unit Pelaksana Teknis Daerah) Puskesmas Telagasari Kabupaten Karawang merupakan pusat kesehatan masyarakat yang terletak di kecamatan Telagasari dengan jarak sekitar 15 km sebelah utara pusat pemerintahan kabupaten Karawang. UPTD Puskesmas Telagasari mempunyai wilayah kerja terdiri dari 14 desa, 78 RW dan 225 RT dengan jarak desa terjauh 7,5 km dari Puskesmas Telagasari. Cakupan Desanya yaitu Desa Telagasari, Desa Pasir Talaga, Desa Pasir Kamuning, Desa Pasirmukti, Desa Kalisari, Desa Kalijaya, Desa Pulosari, Desa Ciwulan, Desa Linggarsari, Desa Cilewo, Desa Talagamulya, Desa Kalibuaya, Desa Cadas kertajaya, dan Desa Cariumulya.

Jumlah penduduk wilayah kerja Puskesmas Telagasari yaitu ada 66.047 orang dengan perincian laki-laki 34.066 orang dan perempuan ada 31.981 orang. Jumlah PUS 15570 orang, Jumlah bayi sebanyak 1162 orang, jumlah balita sebesar 4600. Jumlah ibu hamil 1271 dan ibu bersalin 1156. Cakupan kunjungan K-1 ibu hamil 1271 dari target 1296, lansia berjumlah 20916 jiwa yang terdiri dari jumlah pra lansia (45-49 tahun) =10.006 orang, jumlah lansia ≥ 60 Tahun =8920 orang dan jumlah Lansia lansia resti ≥ 1990 orang. Begitu juga dengan kunjungan ibu hamil K4 yaitu 1108 dari target 1296. Sedangkan cakupan persalinan oleh tenaga kesehatan (Linakes) tahun 1156 dari target 1237. Cakupan K-1, K-4 dan linakes belum mencapai target.



Gambar 1 Lokasi Pelaksanaan Pengabdian

3. METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan dengan bekerjasama atau bermitra dengan wilayah kerja puskesmas Telagasari Kecamatan Telagasari Kabupaten Karawang dengan menerapkan protocol kesehatan 3M (Menggunakan masker, melakukan cuci tangan dan menjaga jarak). Lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di 14 desa yang ada di wilayah kerja Puskesmas Telagasari, setiap desa ada satu Posbindu dan ada 2 kader lansia. Setiap bulan dilaksanakan satu kali posbindu per desa.

Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode sebagai berikut:

- a. Survei lapangan, Survei ini dilakukan dengan melakukan kunjungan langsung ke tempat pengabdian masyarakat. Kegiatan survei ini bertujuan untuk melihat secara langsung situasi dan kondisi tempat pengabdian.
- b. Koordinasi dengan Kepala Puskesmas dan penanggungjawab lansia dan bidan desa Puskesmas Telagasari, tahap awal mengurus proses perizinan dan selanjutnya menentukan tempat dan waktu yang tepat untuk dilakukan kegiatan pengabdian.
- c. Pelatihan dan sosialisasi cuci tangan bagi kader lansia tentang Sosialisasi Cuci Tangan Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan keahlian, pengetahuan, pengalaman dan perubahan sikap individu. Kegiatan ini dilaksanakan di aula desa Pasirtalaga yang dihadiri oleh 31 kader lansia dan Penanggung jawab lansia. ketua BKL (Bina Keluarga Lansia) kecamatan Telagasari. Kegiatan ini tetap menerapkan protocol kesehatan dengan melaksanakan 3M (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak) kegiatan ini dibagi dalam 4 kelompok, perkelompok terdiri dari 7-8 orang. Dilaksanakan dalam 4 sesi, untuk menghindari kerumunan

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan mendapatkan apresiasi dari pihak mitra/puskesmas terutama penanggungjawab lansia dan penanggungjawab Promkes (Promosi Kesehatan). Peserta pelatihan mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir dengan penuh antusias. Kegiatan pelatihan ini dihadiri oleh 31 kader lansia perwakilan dari 14 desa yang ada di wilayah kerja puskesmas Telagasari, Penanggungjawab lansia dan ketua Bina Keluarga Lansia Kecamatan Telagasari. Peserta pelatihan di bekali materi pelatihan dan lifleat cara melakukan cuci tangan pakai sabun.

Tingkat pengetahuan dan ketrampilan peserta pelatihan meningkat setelah diberikan penyuluhan berupa materi mengenai cuci tangan menggunakan sabun. Pemberian penyuluhan ini meningkatkan pemahaman dan pengertian para peserta tentang hal-hal yang berkaitan dengan cuci tangan memakai sabun. Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman langsung atau dari pengalaman orang lain yang disampaikan pada seseorang, selain itu pengetahuan juga dapat diperoleh melalui proses belajar yang didapat dari pendidikan kesehatan.

Pendidikan kesehatan melalui penyuluhan dan pelatihan merupakan serangkaian kegiatan komunikasi dengan menggunakan media dalam memberikan bantuan terhadap pengembangan potensi, yaitu fisik, emosi, sosial, sikap dan pengetahuan semaksimal mungkin.

Terjadi perubahan pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan

dan pelatihan dibandingkan dengan setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan mencuci tangan menggunakan sabun. Minat peserta pelatihan untuk memahami isi penyuluhan juga sangat besar, sehingga penyuluhan tentang cuci tangan tersebut mudah diterima

Menurut WHO, 2010 salah satu usaha atau strategi yang dapat dilakukan untuk memperoleh perubahan perilaku tersebut adalah dengan cara pemberian penyuluhan. Pemberian informasi dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan kesehatan merupakan suatu proses yang bermanfaat untuk menciptakan iklim atau kondisi yang mempengaruhi perilaku individu. Perilaku yang diharapkan tidak terbatas pada peningkatan pengetahuan, namun menciptakan sikap yang positif terhadap pesan yang disampaikan. Hal ini sesuai dengan tujuan spesifik dari pendidikan kesehatan yaitu perubahan kognitif, perubahan motivasi dan perubahan perilaku (Notoadmojo, 2010).



Gambar 2. Survey Lapangan



Gambar 3 Koordinasi dengan Mitra



Gambar 4 Pelatihan Cuci Tangan

Pada masa Pandemi Covid-19 segala bentuk aktifitas dibatasi termasuk kegiatan mengumpulkan masyarakat sehingga menjadi Kendala dalam pelaksanaan PKM ini, Walaupun demikian sosialisasi cuci tangan dilaksanakan pada saat Posbindu dengan memperhatikan standar protocol covid-19, Untuk

mempermudah lansia mengingat cara melakukan cuci tangan , tim PKM memberikan stiker cara melakukan cuci tangan untuk dipasang di rumah lansia. Peran serta koordinator lansia, ketua BKL, bidan desa, kader lansia beserta peran aktif kepala desa dan aparat menjadi salah satu pendukung dalam pelaksanaan program PKM

5. KESIMPULAN

Setelah mendapatkan penyuluhan dan pelatihan tentang cara mencuci tangan memakai sabun terjadi peningkatan pengetahuan dan ketrampilan pada kader lansia yang ada di wilayah kerja puskesmas Telagasari dalam keterampilan mencuci tangan memakai sabun. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan pada peserta pelatihan terbukti dengan mampu melakukan sosialisasi cuci tangan pada kegiatan Posbindu disetiap desa yang ada di wilayah kerja Puskesmas Telagasari. Manfaat yang diperoleh yaitu Terjalannya kerjasama yang baik antara Tim PKM dengan koordinator lansia, ketua Bina Keluarga Lansia , Bidan desa, kepala desa , kader lansia yang ada di wilayah kerja puskesmas Telagasari dalam Penerapan sosialisasi cuci tangan pada lansia. Adanya peningkatan kesadaran masyarakat dalam mematuhi protokol kesehatan hal tersebut dilihat dari aktifitas masyarakat maupun aparat desa patuh menjalankan 3 M (Menggunakan masker, menjaga jarak dan mencuci tangan), kontribusi yang diberikan adalah memfasilitasi tim PKM dengan masyarakat secara langsung dan juga menjadi fasilitator dalam menyampaikan informasi kesehatan yang bersumber dari TIM PKM. Informasi kesehatan tersebut secara langsung disampaikan kepada masyarakat baik secara luring maupun daring melalui whatsapp. selain itu juga mitra berkontribusi dalam pembagian sabun cuci tangan, stiker cara melakukan cuci tangan kepada lansia, sehingga diharapkan akan menimbulkan kesadaran pada lansia untuk berperilaku hidup bersih dan sehat di masa adaptasi kebiasaan baru dan patuh pada protokol kesehatan yaitu menerapkan 3M (menggunakan masker, mencuci tangan dan menjaga jarak

6. DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, Sulasri, Hasbullah, A.Fahira Nur, Vidyanto, H., & Wandira, B. A. (2019). *Penderita Jantung Koroner (Pjk) Dengan Gangguan Kebutuhan Oksigenasi*. 5(3), 38-44.
- Boet, S., Bould, M. D., Pigford, A. A., Rössler, B., Nambyiah, P., Li, Q., ... Schebesta, K. (2017). Retention of Basic Life Support in Laypeople: Mastery Learning vs. Time-based Education. *Prehospital Emergency Care*, 21(3), 362-377. <https://doi.org/10.1080/10903127.2016.1258096>
- Dixe, M. dos A. C. R., & Gomes, J. C. R. (2015). Knowledge of the Portuguese population on Basic Life Support and availability to attend training. *Revista Da Escola de Enfermagem*, 49(4), 636-644. <https://doi.org/10.1590/S0080-623420150000400015>
- González-Salvado, V., Abelairas-Gómez, C., Peña-Gil, C., Neuro-Rey, C., Barcala-Furelos, R., González-Juanatey, J. R., & Rodríguez-Núñez, A. (2018). Basic life support training into cardiac rehabilitation programs: A chance to give back. A community intervention controlled manikin study. *Resuscitation*, 127(September 2017), 14-20. <https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2018.03.018>

- Hasselager, A., Bohnstedt, C., Østergaard, D., Sønderkov, C., Bihrmann, K., Tolsgaard, M. G., & Lauritsen, T. L. B. (2019). Improving the cost-effectiveness of laypersons' paediatric basic life support skills training: A randomised non-inferiority study. *Resuscitation*, 138(January 2019), 28-35. <https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2019.02.032>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Jakarta
- Mohamed, E. A. (2017). Effect of Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) Training program on knowledge and practices of Internship Technical Institute of nursing students. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 06(03), 73-81. <https://doi.org/10.9790/1959-0603037381>
- Na, J. U., Lee, T. R., Kang, M. J., Shin, T. G., Sim, M. S., Jo, I. J., ... Jeong, Y. K. (2014). Basic life support skill improvement with newly designed renewal programme: Cluster randomised study of small-group-discussion method versus practice-while-watching method. *Emergency Medicine Journal*, 31(12), 964-969. <https://doi.org/10.1136/emered-2013-202379>
- Smereka, J., Iskrzycki, Ł., Makomaska-Szaroszyk, E., Bielski, K., Frass, M., Robak, O., ... Szarpak, Ł. (2013). The effect of chest compression frequency on the quality of resuscitation by lifeguards. A prospective randomized crossover multicenter simulation trial. *Cardiology Journal*, XX(X), 1-8. <https://doi.org/10.5603/cj.a2018.0121>
- World Health Organisation (WHO). (2019). WHO updates Cardiovascular Risk Charts. <https://www.who.int/news-room/detail/02-09-2019-who-updates-cardiovascular-risk-charts>