

**SOSIALISASI PERILAKU CUCI TANGAN PAKAI SABUN DI DESA SAWO  
SEBAGAI - BENTUK KEPEDULIAN TERHADAP MASYARAKAT DITENGAH  
MEWABAHNYA VIRUS COVID-19**

**Lia Rosa Veronika Sinaga<sup>1)</sup> Seri Asnawati Munthe<sup>2)</sup> Henny Arwina Bangun<sup>3)</sup>**  
**<sup>1,2,3</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan**  
**Universitas Sari Mutiara Indonesia**  
**[liarosav@yahoo.com](mailto:liarosav@yahoo.com)**

**Abstrak**

Cuci tangan secara teratur dan menyeluruh dengan sabun dibawah air mengalir dengan 6 langkah dianjurkan oleh WHO karena dapat membunuh virus yang mungkin ada di tangan seperti virus corona (*Covid-19*). Praktik kebersihan diri baik dengan cuci tangan merupakan langkah awal pencegahan penularan virus 2019-ncov dan telah terbukti menjadi salah satu langkah pencegahan penyakit menular yang murah dan terjangkau. Kecemasan dan ketakutan melanda manusia diawal tahun 2020, disebabkan oleh hadirnya virus baru yang menyerang bagian penting dari organ tubuh manusia. Tujuan Pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui dan memahami cara mencuci tangan dengan baik dan dapat melakukan teknik mencuci tangan dengan benar sebagai upaya untuk perubahan perilaku sehingga nantinya dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Di Desa Sawo Kecamatan Sawo Kabupaten Nias Utara, diketahui bahwa mayoritas masyarakat masih belum mempunyai pemahaman yang baik mengenai pentingnya perilaku mencuci tangan dengan menggunakan sabun, cara yang benar mencuci tangan dan kapan saja diperlukan cuci tangan pakai sabun. Serta sedikitnya kesadaran masyarakat untuk melakukan kebiasaan cuci tangan menggunakan sabun khususnya saat masalah pandemic covid-19 seperti sekarang ini Salah satu upaya yang dilakukan untuk membantu pemerintah dan meningkatkan kesehatan masyarakat dengan mengurangi penularan virus covid-19 adalah dengan dilakukannya penyuluhan dan sosialisasi Cuci Tangan menggunakan Sabun. Diharapkan dengan adanya sosialisasi Cuci Tangan Menggunakan Sabun pada masyarakat Desa Sawo Semakin bertambahnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat dan pentingnya cuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun pada air mengalir dan kesadaran agar mau dan mampu melakukan kebiasaan Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Bentuk Kepedulian Terhadap Masyarakat Di Tengah Mewabahnya Virus Covid-19.

**Kata Kunci: Cuci Tangan Pakai Sabun, Pencegahan Covid-19**

*Abstract*

Washing hands regularly and thoroughly with soap under running water with 6 steps is recommended by WHO because it can kill viruses that may be on the hands such as the corona virus (*Covid-19*). Practicing good personal hygiene by washing hands is the first step to prevent transmission of the 2019-ncov virus and has been proven to be one of the steps to prevent infectious diseases that are cheap and affordable. Anxiety and fear hit humans in early 2020, due to the presence of a new virus that attacks important parts of the human body. The purpose of this community service is to know and understand how to wash hands properly and be able to carry out hand washing techniques properly as an effort to change behavior so that later it can improve the health status of the community. In Sawo Village, Sawo District, North Nias Regency, it is known that the majority of the community still does not have a good understanding of the importance of washing hands using soap, the correct way to wash hands and whenever it is necessary to wash hands with soap. As well as the lack of public awareness to practice washing hands using soap, especially during the Covid-19 pandemic problem like today One of the efforts made to help the government and improve public health by reducing transmission of the Covid-19 virus is by conducting counseling and socializing Hand Washing with Soap. . It is hoped that the socialization of Hand Washing Using Soap to the community of Sawo Village will increase the community's knowledge about the benefits and importance of washing hands properly using soap in running water and awareness to be willing and able to do the habit of washing hands using soap as a form of concern for the community in the midst of an outbreak. Covid-19 virus.

**Keywords: Wash Hands With Soap, Prevention Of Covid-19**

## **PENDAHULUAN**

Pandemi Covid 19 telah menyebar ke berbagai negara pada waktu yang berbeda, Tergantung Sistem Politik, Kesiapan Pelayanan Kesehatan dan Ekonomi. Perkembangan kasus covid-19 di Dunia Kasus terkonfirmasi: 8,974,795 dan mengalami Kematian: 469,159 sedangkan covid di Indonesia Terkonfirmasi: 50,187, Dalam perawatan: 20,118, dan Sembuh: 20,448 serta Meninggal: 2,620.

Tak bisa dipungkiri virus corona mengguncang peradaban manusia di dunia. Setiap negara melalui otoritasnya meminta rakyatnya untuk tetap di rumah, menjaga jarak baik secara fisik (physical distancing) maupun sosial (social distancing) bahkan melakukan lockdown (karantina wilayah) untuk menghambat penyebaran virus corona. Bukan hanya sekadar himbauan tetapi peraturan dan larangan keras untuk melakukan aktivitas di luar rumah

Pemberlakuan social distancing, dan physical distancing tentu membatasi ruang gerak dan mobilitas masyarakat bahkan lockdown mengakibatkan masyarakat tidak dapat beraktivitas di luar rumah termasuk mahasiswa yang tidak lagi dapat menjalani perkuliahan di kampus mereka masing-masing bahkan mereka sudah harus kembali ke rumah mereka di kampung halamannya sejak bulan Maret 2020 yang lalu.

Strategi Menghadapi Pandemi Covid-19 yaitu Perlawanan Menggunakan senjata mematikan Covid19 seperti Sabun dan Desinfektan, Pertahanan : Melindungi dengan cara Peningkatan Imunitas: Iman, Gizi, Vitamin, Olah raga, PHBS serta Penghindaran Menghindari risiko Tertular, Memutus rantai Transmisi yaitu dengan cara Jaga Hati, Jaga jarak aman (sosial dan Fisik), Hindari Kerumunan.

Pemerintah gencar menyusun rencana untuk menghadapi virus pandemi global ini. Terdapat dua cara yang menjadi kunci pengendalian penularan COVID-19 yang dapat dilakukan masyarakat adalah menjaga jarak dan rajin mencuci tangan dengan sabun. Mencuci tangan dengan sabun mencegah penularan virus Covid-19. Kandungan sabun terbukti secara klinis mampu membunuh bakteri, virus, dan kuman penyakit. Mencuci tangan dengan sabun adalah langkah dasar yang paling mudah dan aman untuk melindungi diri dari virus dan merupakan anjuran dari WHO.

Virus Covid-19 bisa berada di mana saja, menempel di benda-benda yang ada di sekitar kita. Cara yang paling efektif untuk mencegah penularan virus tersebut adalah dengan sering mencuci tangan pakai sabun. Membiasakan diri mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir

ini penting dilakukan. Ini yang akan jadi kunci untuk membunuh, merusak, dan mematikan virus yang mencemari tangan kita.

Menurut Depkes RI (2007), 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 Notoatmodjo (2003) adalah untuk membersihkan tangan dari kuman penyakit; serta mencegah penularan penyakit seperti diare, kolera, disentri, typhus, kecacingan, penyakit kulit, Infeksi Saluran Pemasapan Akut (ISPA), Tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman

Penyuluhan merupakan serangkaian kegiatan komunikasi dengan menggunakan media dalam memberikan bantuan terhadap pengembangan potensi, yaitu fisik, emosi, sosial, sikap dan pengetahuan semaksimal mungkin sebagai upaya untuk meningkatkan atau memelihara kesehatan. Penyuluhan tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir diberikan kepada masyarakat khususnya orang lanjut usia (lansia) sebagai upaya memberikan pemahaman tentang pentingnya perilaku mencuci tangan pakai sabun dalam kehidupan sehari-hari, terlebih pada saat tengah mewabahnya penyebaran virus Covid-19 seperti kondisi saat ini.

Penyuluhan yang dilakukan mengikuti protokol kesehatan yang dianjurkan oleh Pemerintah. Para penyuluh memberikan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada masyarakat khususnya kelompok lansia, salah satunya yaitu bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar. Setelah memberikan contoh cara mencuci tangan yang baik dan benar, para masyarakat pun mengikuti instruksi secara perlahan, tahapan-tahapan cara mencuci tangan sesuai dengan anjuran WHO (*World Health Organization*).

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) bisa dimulai sejak dini dengan cara sederhana yakni membiasakan diri mencuci tangan menggunakan sabun. "Tangan adalah anggota tubuh yang paling sering berhubungan langsung dengan mulut dan hidung. Kemudian, setiap kali tangan kita kotor, setelah menceboki bayi dan anak, setelah buang air besar (BAB), sebelum menyusui bayi, sebelum makan dan meyuapi anak, sebelum memegang makanan dan setelah makan. Karena itu harus mulai untuk membiasakan cuci tangan agar kita terhindar dari kuman.

membersihkan tangan dari kuman penyakit; serta mencegah penularan penyakit seperti diare, kolera, disentri, typhus, kecacingan, penyakit kulit, Infeksi Saluran Pemapasan Akut (ISPA), Tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman

Penyuluhan merupakan serangkaian kegiatan komunikasi dengan menggunakan media dalam memberikan bantuan terhadap pengembangan potensi, yaitu fisik, emosi, sosial, sikap dan pengetahuan semaksimal mungkin sebagai upaya untuk meningkatkan atau memelihara kesehatan. Penyuluhan tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir diberikan kepada masyarakat khususnya orang lanjut usia (lansia) sebagai upaya memberikan pemahaman tentang pentingnya perilaku mencuci tangan pakai sabun dalam kehidupan sehari-hari, terlebih pada saat tengah mewabahnya penyebaran virus Covid-19 seperti kondisi saat ini.

### **ANALISIS SITUASIONAL**

Perilaku cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu perilaku yang dapat menghindari kita terkena virus Covid-19. Kebiasaan masyarakat bisa diubah tergantung kebijakan yang berlaku, sebaliknya Perilaku dan budaya masyarakat juga dapat membuat kebijakan. Peran tenaga profesi kesehatan masyarakat dalam kedaruratan kesmas menjadi central point. masih ada masyarakat yang tidak mematuhi protokol kesehatan. Setiap individu dapat melindungi diri dari serangan virus Covid-19. Salah satunya adalah dengan rajin membersihkan tangan dengan sabun. Mari saling menjaga, saling melindungi, siapa pun yang ada di sekitar kita, utamanya adalah keluarga.

Hasil survey yang dilakukan di Desa Sawo Kabupaten Nias Utara, diketahui bahwa mayoritas masyarakat masih belum mempunyai pemahaman yang baik mengenai pentingnya perilaku mencuci tangan dengan menggunakan sabun, cara yang benar mencuci tangan dan kapan saja diperlukan cuci tangan pakai sabun. Berdasarkan hasil survey kepada 10 orang masyarakat terdapat 3 orang ibu balita yang mencuci tangan hanya dengan menggunakan air saja tanpa sabun. Sementara mengingat intensitas kontak antara ibu dengan balita yang merupakan kelompok yang rentan terhadap paparan virus covid-19. Berdasarkan hasil pengamatan kepada 4 orang masyarakat yang telah melakukan aktivitas diluar rumah setibanya dirumah tidak pernah langsung melakukan cuci tangan menggunakan sabun karena menganggap tidak begitu penting dan menganggap tanganya bersih. Sedangkan 3 orang masyarakat lainnya melakukan cuci tangan menggunakan sabun tetapi kadang-kadang, dikarenakan tidak terbiasa dan mereka mengatakan mencuci tangan menggunakan sabun sejak masalah pandemic covid-19 yang sedang ramai dibicarakan dan ditakuti orang banyak

Sosialisasi ini dilaksanakan untuk memberikan alasan esensial untuk menumbuhkan kesadaran agar mau dan mampu melakukan CTPS dan menyadarkan masyarakat bahwa CPTS menjadi kebutuhan didalam hidupnya dan keluarganya. Sebuah upaya edukasi, apabila dilakukan hanya sekedar memberikan ceramah saja tentunya hanya akan membentuk ingatan sementara saja. Namun kegiatan sosialisasi ini dilakukan dapat dilakukan dalam edukasi agar ingatan peserta dapat bertahan lama adalah strategi partisipasi yang dapat melibatkan sasaran yaitu masyarakat Desa Sawo dengan praktek secara langsung 6 langkah cuci tangan pakai sabun dengan benar di air yang mengalir.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) dimana untuk mencegah penyebaran virus Covid 19 dilakukan dengan metode :

1. Ceramah, yaitu menjelaskan pengertian perilaku CTPS dan bagaimana pentingnya perilaku CTPS dilakukan ditengah pandemi wabah virus Covid 19 ini, dan juga cara membuat sarana CTPS sederhana, serta pembiasaan perilaku CTPS pada waktu-waktu yang diperlukan.
2. Demonstrasi, yaitu memberikan demonstrasi bagaimana cara-cara melakukan CTPS yang benar dan langkah-langkah cuci tangan yang tepat
3. Tanya Jawab, yaitu menanyakan bagaimana pemahaman masyarakat Desa Sawo tentang perilaku CTPS, dan juga memberikan kesempatan kepada mereka bilamana masih ada hal yang belum dipahami tentang sosialisasi perilaku CTPS tersebut.

#### **HASIL KEGIATAN**

Adapun Hasil kegiatan ini adalah

Advokasi Adalah Upaya Atau Proses Yang Strategis Dan Terencana Untuk Mendapatkan Komitmen Dan Dukungan Dari Pihak-Pihak Yang Terkait (Stakeholders). Pihak-Pihak Yang Terkait Ini Berupa Tokoh-Tokoh Masyarakat (Formal Dan Informal) Yang Umumnya Berperan Sebagai Narasumber (Opinion Leader), Atau Penentu Kebijakan (Norma) Atau Penyanggah Dana ( Gambar 1 )



Gambar 1

Sebelum dilakukan pelaksanaan sosialisasi dan penyuluhan tentang cuci tangan pake sabun maka dilakukan pengecekan suhu badan kepada seluruh peserta sebelum masuk ruangan balai Desa Sawo (Gambar 2)



Gambar 2

Kemudian Pelaksanaan sosialisasi dan penyuluhan tentang cuci tangan pake sabun berjalan lancar dan sesuai perencanaan. Kegiatan ini diawali dengan pembukaan dan perkenalan oleh narasumber dan kata sambutan oleh pihak kepala desa dalam hal ini langsung oleh bapak

kepala desa Sawo. Dilanjutkan pemaparan materi dari narasumber sebagai informasi dalam memberikan motivasi tentang cara CTPS yang baik dan benar kepada masyarakat di Desa Sawo (Gambar 3).



Gambar 3

Setelah dilakukan sosialisasi dan penyuluhan kepada masyarakat sehingga masyarakat khususnya Desa Sawo seluruhnya mengetahui dan memahami mengenai pentingnya perilaku mencuci tangan dengan menggunakan sabun, cara yang benar mencuci tangan dan kapan saja diperlukan cuci tangan pakai sabun. Selanjutnya dilakukan kegiatan praktek cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dimana peserta seluruh masyarakat melakukan CTPS sesuai arahan oleh narasumber. Seluruh peserta melihat narasumber dalam hal praktek langkah-langkah cuci tangan dengan 6 langkah dengan 8 gerakan menggunakan air dan sabun kemudian Seluruh peserta berlatih cuci tangan dengan menggunakan sabun dan air mengalir dengan praktek sendiri dan dengan gerakan yang dimoderatori oleh narasumber (Gambar 4).



Gambar 4

Pada Sesi ini dipandu oleh moderator untuk mengabadikan kegiatan yang telah berlangsung. Hasil yang diharapkan pada tahap ini adalah para peserta termotivasi untuk menjalankan salah satu Protokol Kesehatan guna tindakan preventif dengan melakukan selalu cuci tangan pakai sabun. Pada tahapan selanjutnya adalah evaluasi hasil sosialisasi dan praktek cuci tangan pakai sabun (Gambar 5)





Gambar 5

## PEMBAHASAN

Secara Keseluruhan Kegiatan Berjalan dengan baik sesuai dengan yang direncanakan. Semua pihak dapat bekerjasama dengan baik. Dengan dilaksanakannya kegiatan Penyuluhan dan praktek cuci tangan pakai sabun, Seluruh peserta masyarakat termotivasi untuk melakukan CPTS sebelum dan sesudah beraktivitas untuk meningkatkan kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya guna mencegah penyebaran penyakit terutama dalam masa pandemic covid-19 saat ini.

Anjuran cuci tangan bukan hanya ketika diluar rumah namun juga didalam rumah, seperti ketika kita memesan makanan dari luar, atau setelah menerima paket dan macam-macam. Pastikan juga Anda mencuci tangan selama 40-60 detik. Anda juga dilarang menyentuh hidung, mulut, dan mata sebelum mencuci tangan.

Jika dalam kondisi tertentu seperti pada saat bepergian tidak ada air dan sabun untuk membersihkan tangan, solusi lainnya adalah gunakan *Hand Sanitizer*. Walau dapat membantu mengurangi jumlah kuman di tangan dengan cepat, hand sanitizer tidak dapat menghilangkan semua jenis kuman, tidak seefektif saat mencuci tangan.

Dengan anjuran pemerintah di Indonesia, fasilitas cuci tangan beserta sabun serta *Hand Sanitizer* ditempat umum telah disiapkan bahkan tiap toko menyediakan fasilitas ini, dimana harapannya kita semua terjauhi dari virus corona (*Covid-19*)

### **SIMPULAN**

Cuci tangan secara teratur dan menyeluruh dengan sabun dibawah air mengalir dengan 6 langkah yang dianjurkan oleh WHO karena dapat membunuh virus yang mungkin ada di tangan seperti virus corona (*Covid-19*) yang bisa menempel di berbagai permukaan secara tak langsung dipegang dan mencuci tangan dibawah air mengalir menjaga kita tetap sehat dan mencegah penyebaran infeksi pernapasan dan diare dari satu orang ke orang lain. salah satu tugas dari Penyuluh Kesehatan yaitu petugas kesehatan adalah untuk dapat memberikan edukasi mengenai “Ayo biasakan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir ditengah wabah pandemi *corona virus (covid-19)*” baik secara langsung atau tidak langsung.

### **UCAPAN TERIMAKASIH (Optional)**

Kami dari Tim program kemitraan masyarakat (PKM) mengucapkan terimakasih kepada Bapak Serious Telaumbanua selaku Kepala Desa Sawo yang telah membantu terlaksananya yang sudah memberikan izin, waktu dan kesempatan kepada kami untuk melakukan pengabdian masyarakat ini

### **DAFTAR PUSTAKA**

Buku Panduan Hari Cuci Tangan Pakai Sabun Sedunia (HCTPS) ke -6 , Tahun 2013  
Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Panduan Penyelenggaraan Kegiatan  
Tanganku Bersih, hidupku sehat

Maulana Heri D.J.2009. Promosi Keseshatan, Buku Kedokteran EGC.Jakarta

Nazir, dkk, 2011. Metodologi Penelitian Kesehatan Yogyakarta : Nuha Medika

Notoadmodjo, Soekidjo 2007. Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku PT Rineka Cipta  
Jakarta

Notoadmodjo, Soekidjo 2010. Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasinya. PT Rineka Cipta  
Jakarta

<https://www.unicef.org/indonesia/id/coronavirus/cuci-tangan>

[https://covid19.patikab.go.id/v3/download/Fokus\\_Lindungi\\_Diri.pdf](https://covid19.patikab.go.id/v3/download/Fokus_Lindungi_Diri.pdf)

<http://promkes.kemkes.go.id/kumpulan-flyer-pencegahan-virus-corona>

<https://media.neliti.com/media/publications/138015-ID-hubungan-antara-perilaku-mencuci-tangan.pdf>