



Peran Mahasiswa dalam Menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Sosialisasi Cuci Tangan Pakai Sabun di Masyarakat

Khafid Bustomi, Suheri, Sugiariyanti✉

Universitas Negeri Semarang

Abstrak. UNNES GIAT merupakan implementasi dari salah satu tridharma perguruan tinggi yaitu pengabdian kepada masyarakat. Setelah dilakukan identifikasi masalah yang ada di Desa Plumbungan, tim UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan mengadakan program sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun yang dilaksanakan di SDN 1 Plumbungan. Kegiatan ini dilakukan berdasarkan pada tidak adanya kebiasaan mencuci tangan pakai sabun di kalangan anak-anak khususnya siswa SD N 1 Plumbungan, minimnya fasilitas untuk mencuci tangan, dan kurangnya motivasi anak-anak dalam mencuci tangan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan dan melatih anak-anak SD menerapkan perilaku bersih dan sehat. Pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari beberapa kegiatan yaitu sosialisasi pentingnya mencuci tangan, demonstrasi cara mencuci tangan yang benar, praktik mencuci tangan, pemberian sabun cair pada pihak sekolah, dan pemasangan poster ajakan mencuci tangan. Kegiatan ini sangat berpengaruh positif diantaranya siswa sangat antusias dalam mencuci tangan, siswa menjadi tahu cara mencuci tangan yang benar serta mengetahui manfaat mencuci tangan, fasilitas untuk mencuci tangan yang memadai serta pemasangan poster membuat siswa semakin bersemangat dalam melakukan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun sebagai implementasi perilaku hidup bersih dan sehat.

Abstract. UNNES GIAT is an implementation of one of the tridharma of higher education, namely community service. After identifying the problems in Plumbungan Village, the UNNES GIAT 3 Plumbungan Village team held a socialization program and the practice of washing hands with soap which was held at SDN 1 Plumbungan. This activity was carried out based on the absence of the habit of washing hands with soap among children, especially students of SD N 1 Plumbungan, the lack of facilities for washing hands, and the lack of motivation for children to wash their hands. This activity aims to improve the quality of health and train elementary school children to adopt clean and healthy behaviors. The implementation of this activity consisted of several activities, namely socialization of the importance of hand washing, demonstration of how to wash hands properly, hand washing practices, distribution of liquid soap to schools, and installation of posters inviting hand washing. This activity has a very positive effect including students are very enthusiastic about washing hands, students become aware of how to wash hands properly and know the benefits of washing hands, adequate hand washing facilities and posters make students more enthusiastic about carrying out the habit of washing hands with soap as an implementation of behavior live clean and healthy.

Keywords: Elementary School; Hand wash; Socialization

Pendahuluan

Tugas, fungsi, dan tanggung jawab lembaga Perguruan Tinggi dirumuskan dalam Tridharma Pendidikan Tinggi, yang terdiri dari fungsi pendidikan dan pengajaran, penelitian, serta pengabdian kepada masyarakat. Sesuai dengan Tridharma Perguruan Tinggi, idealnya perguruan tinggi memiliki kepedulian dan kepekaan terhadap masyarakat. Oleh karena itu Universitas Negeri Semarang (UNNES) menyelenggarakan program UNNES GIAT 2022 yang merupakan salah satu Bentuk Kegiatan Pembelajaran (BKP) Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) UNNES di bawah pengelolaan Pusat KKN Universitas Negeri Semarang. Program ini merupakan salah satu bentuk dari implementasi Tridharma Perguruan Tinggi yaitu fungsi pengabdian kepada masyarakat. Mahasiswa UNNES GIAT yang ditempatkan di setiap desa mitra akan mencoba menyelesaikan setiap masalah yang ada contohnya seperti masalah ekonomi, pendidikan, kesenian, dan kesehatan. Salah satu masalah yang sedang menjadi perhatian publik adalah penyebaran virus Covid-19.

Sejak wabah Covid-19 yang dimulai di Wuhan, China pada Desember 2019 lalu menghebohkan dunia, hingga saat ini virus tersebut masih menjadi pandemi global (WHO, 2020). Hingga saat ini, belum ditemukan vaksin untuk mencegah infeksi Covid-19 ini. Oleh karena itu, kini semua orang tertuju pada cara pencegahannya. Kebiasaan hidup sehat yang sederhana, seperti cuci tangan pakai sabun, merupakan salah satu cara mencegah infeksi virus corona. Selain itu, hal tersebut juga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan kesehatan diri dan pentingnya penerapan hidup bersih dan sehat (Desi dan Solichin, 2021).

Bagian tubuh manusia yang paling rentan terkontaminasi kotoran dan bakteri adalah tangan. Saat memegang sesuatu dan berjabat tangan, tentunya bakteri akan menempel di kulit kita. Telur, virus, bakteri dan parasit akan mengontaminasi tangan dan menempel pada orang lain yang bersalaman dengan kita (Purwandari and Ardiana, 2015). Akibat kebiasaan memasukkan jari ke dalam hidung, mengusap mata, dan menggali liang telinga saat tangan kotor dan belum mencuci tangan, semua penyakit, kuman dan virus bisa masuk ke mulut, lubang hidung, mata atau liang telinga melalui tangan kita. Sehingga, kita akan mudah terinfeksi penyakit bahkan virus.

Selain menyebar melalui tangan yang kotor, penyakit dan virus sering kali dapat menempel pada benda mati, seperti uang, tombol lift, gagang pintu dan mainan. Saat memegang benda yang terkontaminasi virus dan kemudian langsung berjabat tangan dengan orang lain, maka kita sangat mungkin tertular penyakit termasuk virus (Kushartanti, 2012). Penyebaran Covid-19 adalah salah satunya. Jika terkontaminasi oleh penderita, tangan yang terkontaminasi akan menyentuh hidung, mata dan mulut. Di tiga wilayah ini, Covid-19 akan masuk ke organ pernapasan, kemudian virus akan merusak sistem paru-paru dan akhirnya membuat sulit bernapas, jika daya tahan tubuh rendah akan menyebabkan gagal napas.

Mencuci tangan dengan sabun dan air secara mekanis dapat menghilangkan kotoran dan debu dari permukaan kulit dengan lebih efektif. Secara signifikan mengurangi jumlah mikroorganisme patogen. Misalnya virus, bakteri dan parasit lainnya di tangan (Rachmayanti, 2013). Dibandingkan dengan intervensi kesehatan lainnya, cuci tangan pakai sabun merupakan intervensi kesehatan yang paling murah dan efektif, yang dapat mengurangi risiko penyebaran berbagai penyakit (Fewtrell et al., 2005).

Siswa SD merupakan objek kegiatan ini karena kebiasaan pola hidup bersih dan sehat itu harus diterapkan sejak kecil. Hasil observasi kondisi awal di SD N 1 Plumbungan adalah kurangnya fasilitas untuk mencuci tangan yaitu tidak adanya sabun cuci tangan, tidak ada pembiasaan cuci tangan sebelum masuk kelas, dan tidak adanya poster ajakan mencuci tangan sehingga motivasi siswa untuk mencuci tangan menggunakan sabun itu kurang besar. Siswa juga tidak mengetahui bagaimana cara mencuci tangan yang benar. Berdasarkan kondisi tersebut serta mengingat pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun maka Tim UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan berinisiatif mengadakan sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun di SD N 1 Plumbungan untuk meningkatkan kualitas kesehatan dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat.

Metode

Metode yang digunakan adalah metode pengabdian dengan tahapan-tahapan yang digunakan adalah (1) Identifikasi Masalah, (2) Penentuan Tujuan, (3) Sosialisasi Kegiatan, (4) Pelaksanaan Kegiatan, dan (5) Evaluasi Hasil Kegiatan. Program sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun dilaksanakan di Desa Plumbungan, Kecamatan Kramat, Kabupaten Tegal selama program UNNES GIAT 3 berlangsung. Program diawali dengan kegiatan identifikasi masalah yang dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 12 November 2022, dilanjutkan dengan menentukan tujuan pada hari Minggu tanggal 13 November 2022. Setelah tujuan

ditentukan maka dilakukan sosialisasi program kepada Guru SD N 1 Plumbungan pada hari Senin tanggal 14 November 2022 untuk menentukan tanggal pelaksanaan program, setelah berdiskusi dengan pihak sekolah disepakati sosialisasi cuci tangan pakai sabun dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 19 November 2022. Berdasarkan kesepakatan itu maka pada tanggal 17 November 2022 mahasiswa mengirimkan surat izin melakukan sosialisasi di SD N 1 Plumbungan. Pada tanggal 18 November 2022, Tim UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan menyiapkan materi dan alat bahan yang dibutuhkan pada saat pelaksanaan program. Program sosialisasi dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 19 November 2022 pukul 09.00 WIB s.d. selesai. Setelah program sudah terlaksana maka dilakukan evaluasi hasil kegiatan pada hari Minggu tanggal 20 November 2022. Program ini diperuntukkan untuk siswa SD N 1 Plumbungan khususnya kelas 3, 4, dan 5. Kelas ini dipilih berdasarkan rekomendasi Guru dan juga menyesuaikan jadwal sekolah. Sosialisasi ini diadakan sebagai upaya peningkatan kualitas kesehatan dan penerapan pola hidup bersih dan sehat.

Hasil dan Pembahasan

Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dilakukan dengan observasi lapangan yang dilaksanakan pada hari Sabtu, mahasiswa UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan menuju ke SD untuk melakukan observasi terkait pembiasaan mencuci tangan, ketersediaan fasilitas untuk mencuci tangan, pengetahuan tentang pentingnya mencuci tangan, dan hal-hal lain yang mendukung siswa SD untuk melaksanakan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun. Hasil observasinya adalah belum adanya pembiasaan di sekolah untuk mencuci tangan sebelum masuk sehingga siswa tidak terbiasa mencuci tangan sebelum masuk kelas, kurangnya fasilitas pendukung seperti tidak adanya sabun untuk mencuci tangan dan tidak adanya poster cara mencuci tangan yang benar, siswa belum mengetahui akan pentingnya mencuci tangan pakai sabun serta akibat yang dapat ditimbulkan apabila tidak mencuci tangan, siswa belum mengetahui cara mencuci tangan yang benar, dan siswa tidak memiliki motivasi untuk berperilaku hidup bersih dan sehat melalui cuci tangan pakai sabun.

Penentuan Tujuan

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah dijabarkan sebelumnya, pengabdian ini berfokus pada sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun di SD N 1 Plumbungan, pemberian sabun cair untuk mencuci tangan kepada pihak sekolah, serta pemasangan poster cuci tangan pakai sabun di depan kelas. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan siswa memiliki pengetahuan cara mencuci tangan yang benar, memahami akan pentingnya mencuci tangan, siswa akan terbiasa dengan pola hidup bersih dan sehat melalui pembiasaan cuci tangan pakai sabun, penyebaran virus covid-19 dapat diatasi, terhindar dari penyakit-penyakit lain yang ditimbulkan akibat bakteri yang ada di tangan, dengan adanya pemberian sabun cair kepada pihak sekolah akan menambah fasilitas untuk mencuci tangan sehingga siswa akan lebih mudah dalam mencuci tangan pakai sabun, pemasangan poster cuci tangan akan membuat motivasi siswa dalam mencuci tangan dan menerapkan pola hidup bersih dan sehat akan semakin besar.

Sosialisasi Kegiatan

Setelah menyusun tujuan, Tim UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan melakukan sosialisasi perihal program sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun yang akan dijalankan kepada pihak SDN 1 Plumbungan. Sasaran kegiatan ini adalah siswa SD N 1 Plumbungan. Melalui diskusi antara tim UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan dengan pihak Guru SD N

1 Plumbungan, kemudian didapat kesepakatan untuk melaksanakan sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun di SDN 1 Plumbungan Kegiatan sosialisasi diisi oleh mahasiswa UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan.

Pelaksanaan Kegiatan

Berdasarkan hasil diskusi dengan Guru SD N 1 Plumbungan diperoleh kesepakatan bahwa program sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun dilaksanakan pada minggu ke-5 UNNES GIAT. Program ini didampingi langsung oleh pihak Guru SD N 1 Plumbungan

Kegiatan sosialisasi dimulai pukul 09.00 pada hari Sabtu tanggal 19 November 2022. Kegiatan dimulai dengan sosialisasi pentingnya mencuci tangan serta akibat yang ditimbulkan apabila tidak mencuci tangan, dilanjutkan dengan demonstrasi cara mencuci tangan yang benar, setelah mengetahui cara mencuci tangan yang benar maka siswa diajak melakukan praktik mencuci tangan pakai sabun yang didampingi mahasiswa UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan.

Selama proses sosialisasi dan praktik CTPS ini peserta sangat aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan. Beberapa peserta yang belum mengetahui cara mencuci tangan dengan benar menjadi tahu bagaimana cara mencuci tangan yang benar. Demonstrasi dilakukan menggunakan lagu dan gerakan sehingga kegiatan terasa menyenangkan. Selama praktik



Gambar 1. Penyampaian materi cuci tangan pakai sabun



Gambar 2. Praktik mencuci tangan pakai sabun



Gambar 3. Pemberian sabun cair cuci tangan dan poster ajakan mencuci tangan kepada pihak sekolah

cuci tangan pakai sabun, peserta juga sangat antusias, hal ini ditunjukkan dengan saling berdesak-desakan antar siswa, meskipun berdesak-desakan akan tetapi kondisi masih aman daan dapat tertibkan kembali.

Kegiatan selanjutnya adalah pemberian sabun cair kepada pihak sekolah, serta pemasangan poster ajakan mencuci tangan dan cara mencuci tangan yang benar. Dengan adanya fasilitas yang lengkap dan memadai maka siswa SD dan semua warga SD N 1 Plumbungan dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat, salah satunya melalui cuci tangan pakai sabun. Dengan adanya poster ajakan mencuci tangan maka siswa akan terbiasa mencuci tangannya terlebih dahulu sebelum masuk kelas, hal ini apabila dilakukan terus menerus akan menjadi kebiasaan hingga dewasa kelak sehingga pola hidup bersih dan sehat sudah tertanam dan diajarkan sejak kecil. Poster cuci tangan juga bisa meningkatkan motivasi dan kesadaran akan pentingnya mencuci tangan pakai sabun. Kebiasaan pola hidup bersih dan sehat ini dapat menanggulangi permasalahan kesehatan yang ada seperti mencegah penyebaran virus Covid-19, mencegah diare, dan dapat mencegah penyakit yang ditimbulkan karena adanya bakteri di tangan.

Evaluasi Hasil Kegiatan

Setelah dilaksanakan kegiatan sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun di SD N 1 Plumbungan ada peningkatan pengetahuan siswa akan pentingnya mencuci tangan, mengetahui manfaat mencuci tangan, mengetahui penyakit yang dapat ditimbulkan akibat tidak mencuci tangan, dan mengetahui cara mencuci tangan yang benar. Dengan adanya pelengkapan fasilitas untuk mencuci tangan berupa pemberian sabun cair dari tim UNNES GIAT 3 Desa Plumbungan serta pemasangan poster ajakan mencuci tangan membuat siswa mempunyai motivasi yang besar sehingga akan terbiasa dalam mencuci tangan dan menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini sangat diterima dan didukung serta mendapat respon positif dari beberapa pihak seperti pemerintah desa, warga setempat, dan Guru SD N 1 Plumbungan Mereka berharap agar semua warga Indonesia juga dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat dengan menerapkan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun.

Simpulan

Kegiatan sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun yang dilaksanakan di SD N 1 Plumbungan merupakan kegiatan yang positif dan banyak mendapat dukungan dari semua pihak. Kegiatan ini memberi pengaruh besar terhadap pesertanya, siswa mampu meningkatkan pengetahuan mengenai cuci tangan dari manfaatnya hingga cara mencuci tangan yang

benar. Kegiatan ini juga membawa dampak positif terhadap kebiasaan anak-anak, mereka menjadi terbiasa untuk mencuci tangan dan menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Harapannya kegiatan semacam ini dapat dilakukan di seluruh tempat di Indonesia dan menjadi kebiasaan seluruh warga Indonesia sehingga akan meningkatkan kualitas kesehatan dan memiliki kebiasaan pola hidup bersih dan sehat.

Referensi

- Desi, D. R., & Solichin, M. B. (2021). Sosialisasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Kesehatan dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Kontribusi: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 17-23.
- Fewtrell, L., Kaufmann, R., & Ustun, A. P. 2005. *Lead, Environmental Burden Of Disease Series, No. 2. WHO Protection Of The Human Envirotment, Genewa.*
- Kushartanti, R. (2012). Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) (studi di Sekolah Dasar Negeri Brebes 3). *Doctoral dissertation, Program Pascasarjana Undip.*
- Purwandari, R., & Ardiana, A. (2013). *Program studi ilmu keperawatan universitas Jember Kampus Bumi Tegal Boto D, Kalimantan JN.* Cuci tangan SD/MI (2), 122-30.
- Rachmayanti, R. D. (2013). Penggunaan media panggung boneka dalam pendidikan personal hygiene cuci tangan menggunakan sabun di air mengalir. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 1(1), 1-9.
- WHO, S. A. (2020). *WHO coronavirus disease (COVID-19) dashboard.* World Health Organization.