

Mencegah Penularan Covid-19 Dengan Memahami 6 Langkah Cuci Tangan Baik dan Benar Menurut WHO Pada Siswa dan Siswi SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih

Muhamad Siladani Fatuhu¹, Mega Sara Yulianti¹, Andika Apriawan¹

1) Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Email: siladanifatuhu@gmail.com

Abstrak

Mencuci tangan merupakan satu tehnik yang paling mendasar untuk menghindari masuknya kuman kedalam tubuh. Tujuan kegiatan ini untuk mencegah penularan COVID-19 kepada siswa-siswi SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah, melalui cuci tangan. Metode Pendidikan Kesehatan (Pengabdian) ini menggunakan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar. Langkah pertama basahi tangan, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar sehingga menghasikan busa secukupnya selama 15-20 detik. Langkah kedua usap dan gosok kedua punggung tangan secara bergantian. Langkah ketiga gosok sela-sela jari tangan hingga bersih. Langkah keempat bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci. Langkah kelima gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian. Langkah keenam letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan dan bilas dengan air bersih serta keringkan. Dari kegiatan ini diharapkan siswa/siswi dapat menerapkan cucitangan dilingkungan sekolah pada khususnya dan di lingkungan masyarakat pada umumnya serta membantu sprogram pemerintah Indonesia dalam proses pencegahan dan pemutusan rantai penularan COVID-19 sehingga dapat segera memulihkan angka Kesehatan penduduk di Indonesia.

Kata Kunci: COVID-19; Cuci Tangan; WHO

Abstract

Hand washing is one of the most basic techniques for avoiding the entry of germs into the body. The purpose of this activity is to prevent the spread of covid-19 to islamic high school students uswatun hasanah white cempaka, neighborhood batukliang, by hand washing. This method of health education (devotion) USES the 6 steps to proper handwashing. The first step is to moisten the hands, rub the soap on the palms and then wipe and scrub both palms gently with a rotary direction to create enough foam for 15-20 seconds. The second step of both wipe and scrub both the backs of the hands in turns. A third step is rubbing between your fingers clean. Step four is clean the fingertips in alternate interlocking positions. The fifth step of both thumb alternates between rubbing and turning. Step six place the fingertips in the palm of the hand and then gently rinse with fresh water and dry. From this activity encourage students to apply cloud service to khmilk and to society in general and assist the Indonesian government program in the prevention process and the dissolution of the backups of the 19 infectious chains and thus prompt restoration of population health rates in Indonesia.

Keywords: Village Mediation Training; Bonder Village

Article History

Received: 18 Agustus 2021

Revised: 21 Agustus 2021

Accepted: 24 Agustus 2021



Abdinesia: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Sars-CoV-2. Virus corona adalah zoonosis (ditularkan antara hewan dan manusia).¹

Berdasarkan bukti ilmiah, COVID-19 dapat menular dari manusia ke manusia melalui kontak erat dan droplet, tidak melalui udara. Orang yang paling berisiko tertular penyakit ini adalah orang yang kontak erat dengan pasien COVID-19 termasuk yang merawat pasien COVID-19.² Tindakan pencegahan dan mitigasi merupakan kunci penerapan di pelayanan kesehatan dan masyarakat.³

Rekomendasi standar untuk mencegah penyebaran infeksi adalah melalui cuci tangan secara teratur, menerapkan etika batuk dan bersin, menghindari kontak secara langsung dengan ternak dan hewan liar serta menghindari kontak dekat dengan siapa pun yang menunjukkan gejala penyakit pernapasan seperti batuk dan bersin.⁴

Cuci tangan didefinisikan sebagai semua tindakan yang bertujuan untuk membersihkan tangan. Sehubungan dengan kegiatan ini, maka sanitasi tangan terdiri dari mencuci tangan dengan sabun dan air serta penggunaan cairan antiseptik tanpa menggunakan air dan tanpa tindakan pengeringan dengan alat, yang bertujuan untuk mengurangi atau menekan tumbuhnya mikroorganisme.⁵

Program pengabdian ini bertujuan untuk mencegah penularan COVID-19 kepada siswa-siswi SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah, melalui 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar. Terlaksananya kegiatan pendidikan Kesehatan (pengabdian) 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar, maka membantu dan menambah wawasan siswa-siswi SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah untuk memutuskan mata rantai penularan COVID-19 serta sebagai upaya meningkatkan kesehatan dan kewaspadaan siswa-siswi terhadap COVID-19.

¹ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020: "Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)", Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P). Jakarta

² ibid

³ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Peraturan menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor 27 Tahun 2017 Tentang Pedoman PPI. Pencegahan dan Pengendalian Infeksi (PPI).

⁴ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020: "Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)", Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P). Jakarta

⁵ Rahmawati Minhajat dan Dimas bayu, 2018: "Keterampilan Sanitasi Tangan dan Penggunaan Sarung Tangan", Fakultas Kedokteran Universitas Hasanudin.Makasar

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah dilaksanakan pada bulan Desember 2020 bertempat di salah satu ruangan kelas di sekolah tersebut. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi penyuluhan kesehatan mengenai Mencegah Penularan COVID-19 Dengan Memahami 6 Langkah Cuci Tangan Baik Dan Benar Menurut WHO

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai Mencegah Penularan COVID-19 Dengan Memahami 6 Langkah Cuci Tangan Baik Dan Benar Menurut WHO yang baik dilakukan melalui tahapan sebagai berikut :

1. Persiapan Kegiatan Meliputi

Kegiatan survei tempat pengabdian masyarakat yaitu di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah kemudian mengajukan surat tugas untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat kepada pengurus dan Kepala Sekolah di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah setelah itu Mengururs administrasi (surat-menyerurat) selanjutnya Mempersiapkan alat dan bahan serta akomodasi dan Menyiapkan tempat untuk pendidikan kesehatan (penyuluhan) yaitu menggunakan salah satu ruangan kelas di sekolah tersebut

2. Kegiatan Pendidikan Kesehatan (Penyuluhan)

Pembukaan dan perkenalan dengan siswa/siswi di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah yang menjadi sasaran kegiatan selanjutnya melakukan Penyuluhan mengenai mencegah penularan COVID-19 dengan memahami 6 langkah cuci tangan baik dan benar menurut WHO dan dilanjutkan dengan Sesi diskusi/tanya jawab dan mempraktikkan 6 langkah cucui tangan dengan baik dan benar dengan peserta penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan penularan COVID-19 dengan memahami 6 langkah cuci tangan baik dan benar menurut WHO.

3. Penutupan

Dalam kegiatan penutup panitia memberian *door prize* bagi peserta yang mampu menjawab pertanyaan selanjutnya dilakukan sesi Foto bersama dengan peserta penyuluhan (siswa/siswi) setelah itu Berpamitan dengan pengurus dan Kepala Sekolah di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah Pembuatan laporan kegiatan pengabdian masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) tentang mencegah penularan COVID-19 dengan memahami 6 langkah cuci tangan baik dan benar menurut WHO di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah secara umum dapat berjalan dengan lancar. Kepala Sekolah dan Pengurus sekolah membantu panitia dalam mempersiapkan tempat dan mengkoordinir peserta penyuluhan. Peserta penyuluhan merupakan siswa/siswi yang berada di kelas 3 di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah. Sedangkan

tempat yang digunakan untuk kegiatan tersebut adalah salah satu ruangan kelas yang terdapat di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih.

Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan, panitia/pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan dasar mengenai COVID-19 dan cara mencuci tangan. Pemateri mengajukan beberapa pertanyaan mengenai pengertian mencuci tangan, tujuan mencuci tangan. Setelah menggali kemampuan dasar kemudian pemateri mulai memaparkan materi pendidikan kesehatan mengenai mencegah penularan COVID-19 dengan memahami 6 langkah cuci tangan baik dan benar menurut WHO. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung tampak peserta antusias dan memperhatikan isi materi penyuluhan.



Gambar 1 Pemberian Materi Penyuluhan

Kegiatan pemberian materi berlangsung selama kurang lebih 30 menit dan di akhir sesi pemateri memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Didapatkan 3 pertanyaan dari peserta penyuluhan terkait isi materi. Setelah menjawab pertanyaan dari peserta, pemateri melakukan evaluasi terkait pemberian materi yang telah disampaikan dengan cara memberikan pertanyaan dan memberikan kesempatan kepada peserta untuk menjawab pertanyaan tersebut. Peserta yang mampu menjawab pertanyaan mendapatkan *door prize* sebagai tanda apresiasi dan setelah itu kegiatan penyuluhan ditutup dengan kegiatan foto bersama antara pemateri dengan siswa/siswi peserta seminar.



Gambar 2 Mendemonstrasikan cuci tangan 6 langkah)

Adapun kendala yang dijumpai selama proses kegiatan penyuluhan adalah usia siswa siswi yang relatif masih muda, sehingga perlu tenaga ekstra untuk membuat siswa siswi tetap memperhatikan pemberian materi.



Gambar 3 Foto Bersama

Dengan adanya program pengabdian masyarakat yang berupa penyuluhan mencegah penularan COVID-19 dengan memahami 6 langkah cuci tangan baik dan benar menurut WHO diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswa/siswi tentang langkah pencegahan cuci tangan yang baik dan benar, sehingga diharapkan siswa/siswi dapat mampu melakukan pencegahan penularan COVID-19 di masa pandemi ini. Selain itu diharapkan semakin meningkatkan kesadaran siswa/siswi akan bahaya yang bisa

ditimbulkan oleh penularan COVID-19 sehingga dapat membantu pemerintah dalam proses penanganan penularan COVID-19.

Lebih jauh, diharapkan dengan adanya kegiatan penyuluhan kepada siswa/siswi di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih, kecamatan Batukliang Lombok Tengah, dapat membantu program pemerintah Indonesia dalam proses pencegahan dan pemutusan rantai penularan COVID-19 sehingga dapat segera memulihkan angka Kesehatan penduduk di Indonesia. Dan selain itu siswa/siswi juga dapat mampu menerapkannya di lingkungan sekolah pada khususnya dan di lingkungan masyarakat pada umumnya. Program Studi D3 Rekam Medik dan Informasi Kesehatan Fakultas Kesehatan UNU NTB semakin dikenal sebagai institusi yang memiliki kepedulian terhadap permasalahan masyarakat pada khususnya adalah generasi muda yang kedepannya akan menjadi pemimpin dan harapan bangsa.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai pendidikan kesehatan (penyuluhan) tentang mencegah penularan COVID-19 dengan memahami 6 langkah cuci tangan baik dan benar menurut WHO di SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih Kecamatan Batukliang Lombok Tengah telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respon yang antusias dari para siswa/siswi di SMA dilihat dari banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan terkait materi penyuluhan dan siswa/siswi di sekolah tersebut mengharapakan adanya kegiatan penyuluhan kembali terkait materi yang lain.

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran masyarakat yang benar-benar membutuhkan pelayanan kesehatan khususnya mengenai kesehatan baik itu pada remaja maupun masyarakat dewasa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini, mengucapkan terima kasih kepada pihak Universitas Nahdlatul Ulama NTB, Prodi Rekam Medik dan informasi kesehatan dan pihak sekolah SMA Islam Uswatun Hasanah Cempaka Putih Kecamatan Batukliang Lombok Tengah dalam hal ini kepala sekolah yang telah mengizinkan pelaksanaan kegiatan pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2020). *Supplement: Community Containment Measures, Including Non Hospital Isolation and Quarantine*. Diakses dari <https://www.cdc.gov/sars/guidance/d-quarantine/app3.html>.

Minhajati, Rahmawati., & Bayu, Dimans. (2018). *Keterampilan Sanitasi Tangan dan Penggunaan Sarung Tangan*. Makasar: Fakultas Kedokteran Universitas Hasanudin.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 27 Tahun 2017 Tentang Pedoman PPI*. Jakarta: Pencegahan dan Pengendalian Infeksi (PPI).
- Astuti, Yuli. (2013). Modul Filed Lab Semester V Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Surakarta: Fakultas Kedokteran UNS.
- World Health Organization (WHO). 2020. *Coronavirus*. Diakses dari <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>.