

EDUKASI TENTANG MENCUCI TANGAN PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI DINAS SOSIAL LANSIA

Sondang Sidabutar*

Korespondensi Email: sondang_sidabutar73@yahoo.com

Abstrak

COVID-19 atau *Coronavirus Disease 2019* adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)*. *COVID-19* diperkirakan menyebar di antara orang-orang melalui percikan pernapasan yang dihasilkan pada saat batuk dan percikan dari seseorang yang sedang bersin serta didapat dari permukaan benda yang sudah terkontaminasi yang kemudian secara tidak sengaja menyentuh wajah seseorang. Salah satu kelompok yang paling rentan terinfeksi *COVID-19* adalah orang lanjut usia (lansia) berusia 60 tahun keatas. Dinas Sosial Lansia Pematangsiantar merupakan tempat para lansia hidup tanpa menggantungkan diri pada anak atau keluarganya. Ini merupakan kelompok umur yang sangat rentan dengan penularan *COVID-19*, sehingga perlu bagi mereka untuk bisa memahami bagaimana cara pencegahan *COVID-19*. Salah satu cara pencegahan *COVID-19* adalah dengan mencuci tangan. Cuci tangan merupakan rutinitas yang murah dan mudah, serta penting dalam prosedur pengontrolan infeksi, dan merupakan metode terbaik untuk mencegah transmisi mikroorganisme. Pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi tentang mencuci tangan pada masa pandemi *COVID-19* di Dinas Sosial Lansia Pematangsiantar. Hasil pengabdian masyarakat ini akan dapat memberikan edukasi yang luas kepada masyarakat, pengetahuan tentang mencuci tangan pada masa pandemi *COVID-19*.

Kata Kunci: *COVID-19*, Edukasi, Lansia, Mencuci tangan

PENDAHULUAN

COVID-19 atau yang lebih dikenal dengan virus corona menjadi topik yang paling banyak dibicarakan semua kalangan di semua negara di dunia saat ini. Bagaimana tidak, kehadiran pandemi *COVID-19* mengubah gaya hidup nyaris semua orang, baik yang terkena dampak langsung maupun tidak. Pola hidup yang berubah drastis dan cukup ekstrim diantaranya adalah interaksi sosial yang mendadak dibatasi akibat diberlakukannya *social distancing*; gerak fisik yang terbatas akibat aturan *physical*

* Dosen Universitas Efarina (UNEFA).

distancing serta pola hidup sehat seperti mencuci tangan secara benar dengan sabun antiseptik; membersihkan badan dan benda-benda lainnya dengan desinfektan dan lain sebagainya yang dulunya tidak biasa dilakukan (Putra, Y. M., 2020).

COVID-19 diperkirakan menyebar di antara orang-orang melalui percikan pernapasan yang dihasilkan pada saat batuk dan percikan dari seseorang yang sedang bersin serta didapat dari permukaan benda yang sudah terkontaminasi yang kemudian secara tidak sengaja menyentuh wajah seseorang. *COVID-19* sangat menular saat penderitanya mengalami gejala, walaupun mungkin saja penyebarannya terjadi sebelum adanya gejala muncul (Wikipedia Pandemi koronavirus, 2020). Salah satu cara untuk mencegah penularan *COVID-19* adalah memelihara kebersihan tangan. Dalam aktivitas sehari-hari tangan seringkali terkontaminasi dengan mikroba, sehingga tangan dapat menjadi perantara masuknya mikroba ke dalam tubuh. Cara yang paling sederhana dan paling umum dilakukan untuk menjaga kebersihan tangan adalah dengan mencuci tangan menggunakan sabun (Radji M., dkk., 2007). Mencuci tangan adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari dengan menggunakan air ataupun cairan lainnya oleh manusia dengan tujuan untuk menjadi bersih. Perilaku mencuci tangan adalah masalah mudah. Begitu mudahnya hingga banyak orang mengabaikannya. Padahal perilaku mencuci tangan mampu mencegah berbagai jenis penyakit menular.

Salah satu kelompok yang paling rentan terinfeksi *COVID-19* adalah orang lanjut usia (lansia) berusia 60 tahun keatas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh CDC China, diketahui bahwasukuasus paling banyak terjadi pada pria (51,4%) dan terjadi pada usia 30-79 tahun dan paling sedikit terjadi pada usia <10 tahun (1%). Sebanyak 81% kasus merupakan kasus yang ringan, 14% parah, dan 5% kritis (Wu Z dan McGoogan JM, 2020). Menurut buku pedoman pencegahan dan pengendalian *COVID-19* Kemenkes RI tahun 2020 mengatakan bahwa Indonesia melaporkan kasus pertama *COVID-19* pada tanggal 2 Maret 2020 dan jumlahnya terus bertambah hingga sekarang. Sampai dengan tanggal 30 Juni 2020 Kementerian Kesehatan melaporkan 56.385 kasus konfirmasi *COVID-19* dengan 2.875 kasus meninggal (CFR 5,1%) yang tersebar di 34 provinsi. Sebanyak 51,5% kasus terjadi pada laki-laki. Kasus paling banyak terjadi pada rentang usia 45-54 tahun dan paling sedikit terjadi pada usia 0-5 tahun. Angka kematian tertinggi ditemukan pada pasien dengan usia 55-64 tahun. Seiring bertambahnya usia seseorang, tubuh akan mengalami berbagai penurunan akibat proses penuaan. Mulai dari menurunnya

produksi hormon, kekenyalan kulit, massa otot, kepadatan tulang, hingga kekuatan dan fungsi organ-organ tubuh. Kemudian system imun sebagai pelindung tubuh pada lansia pun tidak dapat bekerja maksimal layaknya saat masih muda. Akibatnya sulit bagi lansia untuk melawan berbagai macam bakteri ataupun virus penyebab penyakit termasuk terinfeksi *COVID-19*.

Seiring dengan meningkatnya usia harapan hidup, populasi penduduk lanjut usia juga semakin bertambah dari hari ke hari. Pertumbuhan penduduk lansia yang cepat di seluruh dunia telah mengatasi pertumbuhan kelompok usia lainnya. Jumlah penduduk lanjut usia adalah sebesar 18,96 juta jiwa dan jumlah ini meningkat menjadi 20.547.541 orang pada tahun 2009. Menurut WHO tahun 2025, Indonesia akan mengalami peningkatan lansia sebesar 41,4%, merupakan peningkatan tertinggi di dunia. Bahkan Perserikatan Bangsa-Bangsa memperkirakan bahwa jumlah warga Indonesia akan mencapai kurang lebih 60 juta jiwa pada tahun 2050 seterusnya meletakkan Indonesia pada tempat ke-4 setelah China, India, dan Amerika Serikat untuk jumlah penduduk lansia terbanyak (Chairil, Hardiana, 2017).

Dinas Sosial Lansia Pematangsiantar merupakan tempat para lansia hidup tanpa menggantungkan diri pada anak atau keluarganya. Ini merupakan kelompok umur yang sangat rentan dengan penularan *COVID-19*, sehingga perlu bagi mereka untuk bisa memahami bagaimana cara pencegahan *COVID-19*. Salah satu cara pencegahan *COVID-19* adalah dengan mencuci tangan. Cuci tangan merupakan rutinitas yang murah dan mudah, serta penting dalam prosedur pengontrolan infeksi, dan merupakan metode terbaik untuk mencegah transmisi mikroorganismenya. Mencuci tangan dengan menggunakan air (tanpa sabun) dapat mengurangi jumlah bakteri menjadi sebanyak 23%, dan cuci tangan menggunakan air dengan sabun biasa dapat mengurangi jumlah bakteri menjadi 8% saja setelah dilakukannya cuci tangan (Burton M, dkk., 2011). Tangan yang bersih akan mencegah penularan penyakit lainnya seperti Diare, Kolera Disentri, Typus, Kecacingan, Penyakit kulit, Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). Dengan mencuci tangan, maka tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman (Proverawati A., Eni R., 2012).

Mencuci tangan merupakan proses yang secara mekanik melepaskan kotoran yang menempel pada tangan dengan memakai sabun serta air yang mengalir, dimulai dari ujung jari sampai siku dan

lengan dengan cara tertentu sesuai dengan kebutuhan (Al-zahrani, 2012). Cara mencuci tangan dengan sabun dan air dilakukan selama 40-60 detik (Kemen. Kes. RI., 2011).

Pengetahuan merupakan hasil "tahu" dan terjadi setelah seseorang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, yaitu termasuk partisipasi dalam suatu kegiatan (Notoatmodjo, S., 2012). Salah satu hal yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi, kemudahan untuk memperoleh informasi membantu seseorang memperoleh pengetahuan yang baru (Mubarak W.I., 2011). Informasi dapat diberikan melalui penyuluhan.

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 (Notoatmodjo, S., 2010). Penyuluhan tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir diberikan kepada lansia sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan perilaku mencuci tangan. Tujuan yang ingin dicapai dari edukasi tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir diberikan lansia ini adalah meningkatkan pengetahuan para lansia sehingga diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang telah didapatkan tersebut dalam perilaku hidup sehat, yaitu dengan memiliki perilaku mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan penyuluhan tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir ini sesuai dengan tujuan utama dari penyuluhan secara umum yaitu untuk peningkatan pengetahuan atau sikap masyarakat, peningkatan perilaku masyarakat, dan peningkatan status kesehatan masyarakat (Eny, 2019).

Penelitian tugas akhir ini dilakukan studi literatur untuk mencari teori dan referensi yang relevan dengan kasus permasalahan yang akan diselesaikan. Teori dan referensi di dapat dari jurnal, buku dan sumber lainnya. Berikut ini beberapa penelitian yang merupakan referensi teori terkait dengan kasus atau permasalahan yang akan diselesaikan dan dikumpulkan dari berbagai sumber. Penelitian ini sebelumnya telah dilakukan oleh Istiqomah, dalam penelitiannya Perilaku Sehat Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang merupakan salah satu Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), fokus CTPS ini adalah Anak sekolah sebagai "Agen Perubahan" dengan simbolisme bersatunya seluruh

komponen keluarga, rumah dan masyarakat dalam merayakan komitmen untuk perubahan yang lebih baik dalam berperilaku sehat melalui CTPS. Cuci tangan pakai sabun dapat mengurangi diare sebanyak 31 % dan menurunkan penyakit infeksi saluran nafas atas (ISPA) sebanyak 21 %. Riset global juga menunjukkan bahwa kebiasaan cuci tangan pakai sabun tidak hanya mengurangi, tapi mencegah kejadian diare hingga 50 % dan ISPA hingga 45 %. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan mencuci tangan dengan media poster terhadap praktik cuci tangan pada siswa di SDN Sengdangharjo Minggir. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre experiment design dengan rancangan one group pre test and post test design kemudian dianalisis menggunakan uji wilcoxon. Simpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh penyuluhan cuci tangan dengan media poster terhadap praktik cuci tangan siswa di SDN Sendangharjo Minggir. Diharapkan siswa dapat membudayakan cara cuci dengan baik dan benar setelah beraktivitas, setelah bermain, sebelum dan sesudah makan, setelah buang air, dan ketika tangan kotor (Istiqomah, 2018).

Peningkatan pengetahuan sebesar 58.3% Hasil program penyuluhan cuci tangan pakai sabun di kelurahan Sinrijala RT 01/ RW 02 Makassar menunjukkan adanya peningkatan jumlah masyarakat yang mencuci tangan pakai sabun dan masyarakat juga sudah mengetahui waktu yang tepat untuk mencuci tangan (Esse, 2018).

Penelitian Muh. Fajaruddin, ini dilatar belakangi bahwa salah satu indikator dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang merupakan cara cuci tangan dengan sabun untuk mencegah berbagai penyakit. CTPS dilakukan untuk memutus mata rantai penularan penyakit. Masyarakat menganggap CTPS tidak penting, mereka cuci tangan pakai sabun ketika tangan berbau, berminyak dan kotor. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan CTPS terhadap pengetahuan siswa SDN 169 Bonto Parang Desa Barana Kecamatan Bangkala Barat Kabupaten Jeneponto. Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimental dengan menggunakan rancangan one group pretest-posttest design. Subjek penelitian ini adalah siswa SD kelas IV dan V di SDN 169 Bonto Parang. Saya memilih lansia sebagai subjek pengabdian masyarakat karena berdasarkan survei di Dinas Sosial Lansia Pematangsiantar banyak lansia yang kurang memiliki kebiasaan mencuci tangan.

METODE KEGIATAN

Proses persiapan dilakukan sebelum pelaksanaan pengabdian masyarakat, yang terdiri dari penyusunan rencana pengabdian masyarakat. Metode pengabdian masyarakat yang dilatarbelakangi oleh ketidaktahuan lansia di Dinas Sosial Lansia Pematangsiantar mengenai pencegahan *COVID-19* yaitu dengan cara mencuci tangan sehingga diperlukan penyuluhan tentang mencuci tangan untuk meningkatkan pengetahuan bagi lansia. Teknik penyuluhan yang digunakan adalah penyuluhan dengan metode ceramah. Penyuluhan dilakukan dengan meminta izin kepada Dinas Sosial Lansia Pematangsiantar.

PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di dinas sosial lansia pematangsiantar oleh peneliti sendiri untuk menghindari perbedaan kualitas penyuluhan dan kualitas hasil penyuluhan. Penyuluhan dilaksanakan di UPT. Pelayanan Sosial Tuna Rungu, Wicara dan Lansia Dinas Sosial di Pematangsiantar yang beralamatkan di Jalan Sisingamangaraja No. 68, Pematangsiantar, Sumatera Utara. Dinas sosial lansia Kegiatan penyuluhan akan berlangsung selama 90 menit.

Menurut Notoatmodjo (2007), pengetahuan merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan kembali apa yang diketahuinya dalam bentuk bukti jawaban baik lisan, atau tulisan yang merupakan stimulasi dari pertanyaan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*). Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan yang dimaksud dalam pengabdian masyarakat ini adalah pengetahuan sesudah penyuluhan tentang mencuci tangan pada masa pandemi *COVID-19*. Dari 30 lansia yang sudah diberikan penyuluhan dapat dilihat bahwa pengetahuan para lansia sangat meningkat pesat setelah dilakukannya penyuluhan mengenai mencuci tangan pada masa pandemi *COVID-19*. Hal ini sesuai terhadap penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Istiqomah dalam penelitiannya Perilaku Sehat Cuci Tangan Pake Sabun (CTPS) yang merupakan salah satu Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dimana berdasarkan uji statistik menghasilkan *p-value* $0,000 \leq 0,005$. Hasil tersebut berarti

bahwa adanya pengaruh penyuluhan cuci tangan dengan media poster terhadap praktek cuci tangan siswa di SDN Sandang Harjo Minggir.

Demikian juga halnya sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Sondang Sidabutar dan Pipin Sumantri (2021), dimana berdasarkan uji statistik dihasilkan $p\text{-value} \leq 0,005$ yaitu adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang mencuci tangan pada masa pandemic Covid-19.

KESIMPULAN

Mencuci tangan adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari dengan menggunakan air ataupun cairan lainnya oleh manusia dengan tujuan untuk menjadi bersih. Perilaku mencuci tangan adalah masalah mudah. Begitu mudahnya hingga banyak orang mengabaikannya. Padahal perilaku mencuci tangan mampu mencegah berbagai jenis penyakit menular.

Salah satu kelompok yang paling rentan terinfeksi *COVID-19* adalah orang lanjut usia (lansia) berusia 60 tahun keatas. Seiring bertambahnya usia seseorang, tubuh akan mengalami berbagai penurunan akibat proses penuaan. Mulai dari menurunnya produksi hormon, kekenyalan kulit, massa otot, kepadatan tulang, hingga kekuatan dan fungsi organ-organ tubuh. Kemudian system imun sebagai pelindung tubuh pada lansia pun tidak dapat bekerja maksimal layaknya saat masih muda. Akibatnya sulit bagi lansia untuk melawan berbagai macam bakteri ataupun virus penyebab penyakit termasuk terinfeksi *COVID-19*. Dinas Sosial Lansia Pematangsiantar merupakan tempat para lansia hidup tanpa menggantungkan diri pada anak atau keluarganya. Ini merupakan kelompok umur yang sangat rentan dengan penularan *COVID-19*, sehingga perlu bagi mereka untuk bisa memahami bagaimana cara pencegahan *COVID-19*.

Salah satu cara pencegahan *COVID-19* adalah dengan mencuci tangan. Cuci tangan merupakan rutinitas yang murah dan mudah, serta penting dalam prosedur pengontrolan infeksi, dan merupakan metode terbaik untuk mencegah transmisi mikroorganisme. Mencuci tangan dengan menggunakan air (tanpa sabun) dapat mengurangi jumlah bakteri menjadi sebanyak 23%, dan cuci tangan menggunakan air dengan sabun biasa dapat mengurangi jumlah bakteri menjadi 8% saja setelah dilakukannya cuci tangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-zahrani, S.H.M., Baghdadi, A.M., 2012, Evaluation of the efficiency of Non alcoholic-Hand Gel Sanitizers products as an antibacterial, *Nature and Science.*, 10(6): 15-20
- Burton, M., Cobb E., Donachie, P., Judah, G., Curtis, V., Schmidt W-P., 2011, The effect of handwashing with water or soap on bacterial contamination of hands, *Int. J. Environ Res Public Health.*, 8(1): 97-104
- Chairil, Hardiana., 2017, Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Lansia Di UPT PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru, *Jurnal Photon.*, Vol. 8 No. 1
- Eny, R., A., Prihastuti., 2019, Gerakan masyarakat hidup sehat (Germas) Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Dan Air Mengalir Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sejak Dini, *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 1 No. 1 Tersedia dalam: <http://journal.ildikti9.id/CER/index> (Diakses pada 1 Agustus 2020)
- Istiqomah., 2018, Pengaruh Penyuluhan Mencuci Tangan Dengan Media Poster Terhadap Praktik Cuci Tangan Pada Siswa Di SDN Sendangharjo Minggir Sleman, *Naska Publikasi. Universitas Aisyiyah, Yogyakarta*
- Kementrian Kesehatan RI., 2011, Pedoman pencegahan dan pengendalian infeksi di rumah sakit dan fasilitas kesehatan lainnya, Jakarta
- Mubarak, W.I., 2011, Promosi Kesehatan untuk Kebidanan, Salemba Medika, Jakarta
- Muh Fajaruddin, N., 2018, Pengaruh Penyuluhan CTPS Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa SDN 169 Bonto Parang Kabupaten Jeneponto, *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK) Volume 1. Edisi 2 2018.*
- Notoatmodjo, Soekidjo., 2010, Promosi Kesehatan dan Aplikasi, Rineka Cipta, Jakarta
- Notoatmodjo, Soekidjo., 2012, Ilmu Kesehatan Masyarakat, Prinsip-Prinsip Dasar, P.T Asdi Mahasatya, Jakarta
- Notoatmodjo, Soekidjo., 2012, Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan, PT. Rineka Cipta, Jakarta
- Proverawati, A., dan Eni, R., 2012, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Nuha Medika, Yogyakarta
- Putra, Y.M., 2020, from [Republika.co.id](https://republika.co.id) Tersedia dalam: <https://republika.co.id/berita/q84alz284/kecemasan-akibat-covid19-bentuk-adaptasinormal> (Diakses pada 1 Agustus 2021)
- Sidabutar Sondang dan Pipin S., 2021, Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Mencuci Tangan pada Masa Pandemi Covid-19, *Window of Health (WOH) Jurnal Kesehatan*, Vol.4 No.4, E-ISSN: 2614-5375
- World Health Organization (WHO). 2009. WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care (Advance Draft): A Summary. Switzerland: WHO Press.
- Wu Z, McGoogan JM. Characteristics of and Important Lessons From the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in China: Summary of a Report of 72 314 Cases From the Chinese Center for Disease Control and Prevention. *JAMA*. 2020;323(13):1239–1242. doi:10.1001/jama.