

# Sosialisasi Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Kesehatan dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

**Diterima:**  
28 Mei 2021  
**Revisi:**  
28 Juni 2021  
**Terbit:**  
1 November 2021

**<sup>1</sup>Desi Rahmawati, <sup>2</sup>\*Moh. Badrus Solichin**  
*<sup>1,2</sup>Institut Agama Islam Negeri Kediri*  
*<sup>1,2</sup>Kediri, Indonesia*  
*E-mail: <sup>1</sup>rahmawatidesi2912@gmail.com,*  
*<sup>2</sup>badrusmoh@iainkediri.ac.id*

\*Corresponding Author

**Abstrak**— Pemeliharaan kebersihan diri sangat menentukan status kesehatan seseorang, karena setiap individu harus sadar atas inisiatif sendiri untuk menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya penularan penyakit atau virus. Pengetahuan kebersihan diri sangat dibutuhkan oleh setiap individu dalam mempertahankan kebiasaan hidup yang sesuai dengan kesehatan sehingga akan memelihara kesehatan yang optimal. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat tentang pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir. Metode yang digunakan yaitu sosialisasi dengan ceramah dan demonstrasi. Adapun hasilnya dari 8 responden di lingkungan RT 01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo. Didapatkan hasil 62,5% bahwa responden tidak terbiasa cuci tangan sesuai protokol kesehatan dan 37,5 % yang sesuai standar kesehatan. Setelah dilakukan sosialisasi terdapat perubahan pengetahuan dan sikap dalam mencuci tangan yakni yang semula 37,5% meningkat menjadi 87,5%. Minat responden untuk menerapkan kebiasaan mencuci tangan sangat besar, sehingga sosialisasi tersebut mudah diterima dan dapat menciptakan sikap yang positif terhadap pesan yang disampaikan serta dapat mempengaruhi perilaku tersebut.

**Kata Kunci**— hidup bersih dan sehat, cuci tangan pakai sabun, sosialisasi

**Abstract**— *The maintenance of personal hygiene greatly determines the health status of a person, because each individual must be aware of his own initiative to maintain health and prevent transmission of diseases or viruses. Personal hygiene knowledge is needed by every individual in maintaining life habits that are in accordance with health so that it will maintain optimal health. This activity aims to increase the knowledge, attitudes and behavior of the community about the importance of washing hands using soap and running water. The method used is socialization with lectures and demonstrations. The results were from 8 respondents in the RT 01 RW 02 Rejomulyo Urban Village. The results showed that 62.5% were not accustomed to washing their hands according to health protocols and 37.5% according to health standards. After the socialization there was a change in knowledge and attitudes in washing hands, which was originally 37.5% increased to 87.5%. Respondents' interest in implementing hand washing is very large, so that the socialization is easily accepted and can create a positive attitude towards the messages conveyed that can influence this behavior.*

**Keywords**— *clean and healthy life, hand washing with soap, socialization*

## I. PENDAHULUAN

Sejak wabah Covid-19 yang dimulai di Wuhan, China pada Desember 2019 lalu menghebohkan dunia, hingga saat ini virus tersebut masih menjadi pandemi global. Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO), menurut statistik per 22 Agustus 2020 terdapat 23.491.520 (dua puluh tiga juta empat ratus sembilan puluh satu ribu lima ratus dua puluh) kasus positif Covid-19 dan sebanyak 809.970 (delapan ratus sembilan ribu sembilan ratus tujuh puluh) meninggal dunia di seluruh dunia. Hal tersebut menunjukkan bahwa penyebaran Covid-19 ini merupakan pandemi global berskala sangat besar (World Health Organization 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.

Tangan merupakan bagian tubuh manusia yang paling rentan terkontaminasi kotoran dan bakteri. 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 paru-paru, 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).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RT 01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo, informasi yang diperoleh adalah 5 dari 8 orang tidak tahu cara cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, sedangkan 3 orang mengatakan tahu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Kebiasaan cuci tangan juga tidak sejalan dengan cara mencuci tangan yang baik dan benar, seperti mencuci tangan hanya dengan air bersih bukan dengan sabun. Mencuci tangan menggunakan air yang seadanya. Berdasarkan hal tersebut, pengabdian tertarik untuk cuci tangan pakai sabun dan air mengalir di RT 01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan evaluasi dengan pertanyaan tertutup. Hal ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan, khususnya manfaat mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO, cuci tangan yang baik dan benar. Kegiatan ini dimulai dengan penetapan sasaran yaitu 8 pemuda pemudi RT 01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo. Langkah selanjutnya pengabdian mempersiapkan materi sosialisasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan pakai sabun dengan media yang digunakan yaitu audiovisual dan mendemonstrasikan bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO. Pada tahap pelaksanaan dilakukan tanya jawab bagaimana cara mencuci tangan sebelum diberikan edukasi. Tahap kedua yaitu ceramah, penayangan audiovisual guna meningkatkan efektifitas dan daya akurasi, dilanjutkan dengan demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar. Adapun 6 cara tersebut adalah pertama menggosok telapak tangan dengan sabun, kedua menggosok punggung telapak tangan secara bergantian kanan dan kiri, ketiga mensela-selai jari jemari juga dengan sabun, keempat ujung jari dicuci dengan bersih, kelima menggosok dan memutar ibu jari secara bergantian, dan yang keenam adalah letakkan semua ujung jari pada telapak tangan dan bersihkan dengan digosok secara perlahan menggunakan air mengalir (Tim CNN Indonesia 2019). Setelah mendemonstrasikan, langkah terakhir yaitu tanya jawab seputar cara mencuci tangan yang baik dan benar.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi ini diselenggarakan di lingkungan RT 01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo. Sosialisasi ini melibatkan 8 orang pemuda pemudi di lingkungan tersebut.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Lingkungan RT 01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo

| Karakteristik        | Frekuensi | Presentase (%) |
|----------------------|-----------|----------------|
| <b>Jenis Kelamin</b> |           |                |
| <b>Laki-Laki</b>     | 2         | 25             |
| <b>Perempuan</b>     | 6         | 75             |
| <b>Jumlah</b>        | 8         | 100            |

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa sebagian responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 6 orang (75%) dan yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 2 orang (25%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pemahaman dan Kebiasaan Mencuci Tangan di Lingkungan RT 01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo

| Kebiasaan                   | Frekuensi | Presentase (%) |
|-----------------------------|-----------|----------------|
| <b>Kebiasaan Baik</b>       | 3         | 37,5           |
| <b>Kebiasaan Tidak Baik</b> | 5         | 62,5           |
| <b>Jumlah</b>               | 8         | 100            |

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa pola mencuci tangan yang baik dan benar hanya 3 orang (37,5%), sebaliknya dengan kebiasaan yang tidak baik sebanyak 5 orang (62,5%). Menurut data di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden belum mengetahui tata cara mencuci tangan sebagaimana aturan dari Badan Kesehatan Dunia (WHO), serta dapat dipahami bahwa responden tersebut belum mengetahui pentingnya cuci tangan dan berkebiasaan gemar cuci tangan pakai sabun dengan 6 (enam) langkah sebagaimana telah di jelaskan. Oleh karena itu, jika tidak dilakukan sosialisasi maka akan menjadi kebiasaan yang kurang baik yakni hanya mencuci tangan akan tetapi tidak sesuai standar kesehatan, dan sangat mungkin setelah cuci tangan, kuman, virus dan mikroorganisme masih menempel sehingga menyebabkan timbulnya penyakit.

Tabel 3. Pengetahuan Dan Praktek Responden setelah Dilakukan Sosialisasi di Lingkungan RT  
01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo

| <b>Pengetahuan dan Praktik</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Presentase (%)</b> |
|--------------------------------|------------------|-----------------------|
| <b>Paham</b>                   | 7                | 87,5                  |
| <b>Tidak Paham</b>             | 1                | 12,5                  |
| <b>Jumlah</b>                  | 8                | 100                   |

Berdasarkan Tabel 3, dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan penyampaian materi sosialisasi terdapat 62,5% responden yang belum mengetahui cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO, setelah dilakukan sosialisasi dengan penyampaian materi melalui ceramah, video pembelajaran tata cara mencuci tangan serta praktik langsung, maka hal ini mengalami peningkatan secara signifikan yaitu sebanyak 87,5% responden paham akan pengetahuan dan praktik mencuci tangan dengan baik dan benar.

Tingkat pengetahuan reponden tentang mencuci tangan meningkat setelah dilakukan sosialisai dan demonstrasi langsung. Responden sangat antusias mendengarkan informasi selama sosialisasi berlangsung dan dapat mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Pengetahuan merupakan domain terpenting yang membentuk perilaku seseorang (Kholid 2014). Dibandingkan dengan perilaku non-pengetahuan, perilaku berbasis pengetahuan akan lebih tahan lama.

Kenaikan presentase pengetahuan dapat disebabkan oleh media yang digunakan, yaitu dengan video pembelajaran dan praktik secara langsung sehingga pesannya dapat lebih melekat pada ingatan. Hal ini menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Yustisa dkk mengenai efektivitas media cetak dan media elektronika dalam promosi kesehatan menunjukkan hasil p value sebesar 0,421 setelah diuji menggunakan uji Anova. Nilai p value > 0,05 ini berarti tidak ada perbedaan efektivitas penggunaan media cetak dan media elektronika terhadap peningkatan perubahan sikap PHBS (Yustisa et al. 2014).

Sosialisasi adalah satu konsep umum yang bisa dimaknakan sebagai sebuah proses di mana kita belajar melalui interaksi dengan orang lain, tentang cara berpikir, merasakan, dan bertindak, dimana kesemuanya itu merupakan hal-hal yang sangat penting dalam menghasilkan partisipasi sosial yang efektif. Sosialisasi merupakan proses yang terus terjadi selama hidup kita (Suyanto 2010). Sosialisasi tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir diberikan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan perilaku mencuci tangan yang baik dan benar agar dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat. Tujuan yang ingin dicapai dari sosialisasi tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir adalah agar dapat meningkatkan pengetahuan 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.

Menurut hasil penelitian Retno Purwandari dkk, perilaku cuci tangan pada anak usia sekolah di Kabupaten Jember pada kategori baik (53,7 %), cukup (41,7 %) dan kurang baik (4,6 %). Secara statistik membuktikan ada hubungan yang signifikan antara perilaku cuci tangan dan tertularnya penyakit (Purwandari et al. 2013). Kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, adalah bagian dari perilaku hidup sehat yang merupakan salah satu dari tiga pilar pembangunan bidang kesehatan yakni perilaku hidup sehat, penciptaan lingkungan yang sehat serta penyediaan layanan kesehatan yang bermutu dan terjangkau oleh semua lapisan masyarakat.

Perilaku hidup sehat yang sederhana seperti mencuci tangan pakai sabun merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan diri dan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Diharapkan melalui kegiatan yang sederhana dan kegiatan yang mudah seperti cuci tangan ini jika menjadi kebiasaan rutin bagi seluruh masyarakat, maka kegiatan ini dapat menurunkan infeksi penyakit menular dan meningkatkan status kesehatan masyarakat.

Terjadi perubahan pengetahuan sebelum diselenggarakan sosialisasi dibandingkan dengan setelah diberikan sosialisasi. Minat responden sangat besar sehingga sosialisasi dapat diterima dengan baik dan dapat diterapkan dengan benar. Pemberian informasi dalam bentuk sosialisasi ini adalah proses yang berguna untuk menciptakan kondisi yang memengaruhi perilaku individu. Jika seseorang memahami pentingnya mencuci tangan pakai sabun, mereka tidak akan mempraktikkannya secara otomatis. Oleh karena itu, penyampaian pesan harus diulangi agar pemahaman dapat sejalan dengan kebiasaan berperilaku. Perilaku yang diharapkan tidak sebatas menambah pengetahuan, tetapi juga menghasilkan sikap positif terhadap pesan yang disampaikan. Hal ini sejalan dengan tujuan khusus pendidikan kesehatan yaitu perubahan kognitif, perubahan motivasi, dan perubahan perilaku.

#### IV. KESIMPULAN

Setelah mendapatkan sosialisasi mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir pada pemuda pemudi RT 01 RW 02 Kelurahan Rejomulyo, terjadi peningkatan pengetahuan dan perilaku tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir. Peningkatan pengetahuan diketahui setelah dilakukan sosialisasi berupa ceramah dengan media video pembelajaran dan praktik secara langsung. Diperoleh peningkatan pemahaman terkait pengetahuan dan praktek mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebesar (87,5%), artinya responden telah mencuci tangannya dengan sabun dan air mengalir dalam kesehariannya.

Pentingnya pembiasaan menjaga kebersihan dan kesehatan fisik dengan salah satunya rutin cuci tangan dengan sabun dan air mengalir ini harus menjadi tanggungjawab bersama. Diharapkan juga para responden untuk memberikan pemahaman kepada keluarganya atau lingkungan sekitar agar pengetahuan tersebut dapat meningkatkan kualitas kesehatan pada masyarakat luas.

### DAFTAR PUSTAKA

- Fewtrell, L., Kaufmann, R., & Ustun, A. P. 2005. Lead, Environmental Burden Of Disease Series, No. 2. WHO Protection Of The Human Envirotment, Genewa.
- Kholid A. 2014. Promosi Kesehatan: Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan Aplikasinya untuk Mahasiswa dan Praktisi Kesehatan. Jakarta: Rajawali Pers.
- 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., Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember Kampus Bumi Tegal Boto, D., & Kalimantan, J. N. 2013. Hubungan antara Perilaku Mencuci Tangan dengan Insiden Diare Pada Anak Usia Sekolah di Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan*, 4(2), 122–130. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2362>.
- 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.
- Retno Purwandari, Anisah Ardiana, Wantiyah. (2013) Hubungan Antara Perilaku Mencuci Tangan Dengan Insiden Diare Pada Anak Usia Sekolah Di Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan*, Issn: 2086-3071.
- Suyanto, J. 2010. Gender dan Sosialisasi. Jakarta: Nobel Edumedia.
- Tim CNN Indonesia, T. C. 2019. 6 Langkah Mencuci Tangan yang Benar. *Trans Media*. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20191015150037-255-439672/6-langkah-mencuci-tangan-yang-benar>.
- World Health Organization. 2020. WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. <https://covid19.who.int/>.
- Yustisa, P. F., Aryana, I. K., & Suyasa, I. N. G. (2014). Efektivitas Penggunaan Media Cetak Dan Media Elektronika Dalam Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perubahan Sikap Siswa Sd. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 4(1), 29–39.