



EDUKASI MENCUCI TANGAN YANG BAIK DAN BENAR UNTUK MENCEGAH DIARE DI MASA PANDEMI COVID-19

Hapipah^{1*}, Zaenal Arifin², Istianah³
^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Ners, Stikes Yarsi Mataram
*Email : pey.hapipah15@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit diare merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia, hal ini disebabkan karena masih tingginya angka kesakitan diare di Indonesia dari tahun ke tahun. Kurangnya kesadaran masyarakat mengenai pencegahan terjadinya penyakit diare berasal dari pengetahuan tentang diare yang masih rendah. Salah satu cara pencegahan diare adalah dengan mencuci tangan. Hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan memberikan penyuluhan kesehatan tentang cara mencuci tangan. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi mencuci tangan yang baik dan benar untuk mencegah diare di masa pandemi covid-19. Kegiatan ini diikuti oleh pasien rawat jalan di puskesmas Kediri Lombok Barat dengan menggunakan media laptop, LCD, poster dan leaflet. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan demonstrasi. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan sikap yang positif dari peserta dengan memperhatikan setiap penjelasan tim pengabdian kepada masyarakat serta antusias dalam mempraktekkan langkah-langkah mencuci tangan. Semua peserta bersedia untuk menerapkan semua materi yang didapatkan pada kegiatan penyuluhan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Perlu dilakukan kegiatan penyuluhan kesehatan secara berkelanjutan untuk memberikan informasi yang adekuat sehingga terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dalam bidang kesehatan.

Kata Kunci: Diare, Edukasi, Mencuci Tangan

ABSTRACT

Diarrhea is one of the public health problems the main thing in Indonesia, this is due to the high number of diarrhea in Indonesia from year to year. The lack of public awareness regarding the prevention of diarrhea disease comes from knowledge about diarrhea which is still low. One way to prevent diarrhea is to wash your hands. What can be done to increase knowledge is to provide health education on how to wash hands. This community service aims to provide education on good and correct hand washing to prevent diarrhea during the COVID-19 pandemic. This activity was attended by outpatients at the Kediri Health Center, West Lombok using laptops, LCDs, posters and leaflets as media. The method used is lecture, discussion and demonstration. The results of this community service activity showed a positive attitude from the participants by paying attention to every explanation of the community service team and being enthusiastic in practicing hand washing steps. All participants are willing to apply all the material obtained in health education activities in daily life. It is necessary to carry out health education activities on an ongoing basis to provide adequate information so that there is an increase in public knowledge in the health sector.

Keywords: Diarrhea, Health Education, Hands Hygiene

PENDAHULUAN

Diare masih merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas anak di negara yang sedang

berkembang. Dalam berbagai hasil survei kesehatan rumah tangga, diare menempati urutan ke-2 dan ke-3 berbagai penyebab

kematian bayi di Indonesia. Menurut data Riskesdas 2018, terjadi penurunan kejadian diare pada balita di Indonesia pada tahun 2018, yaitu 12,3% dibandingkan pada tahun 2013, yaitu 18,5%. Sebagian besar diare akut disebabkan oleh infeksi. Banyak dampak yang terjadi karena infeksi saluran cerna antara lain pengeluaran toksin yang dapat menimbulkan gangguan sekresi dan reabsorpsi cairan dan elektrolit dengan akibat dehidrasi, gangguan keseimbangan elektrolit dan keseimbangan asam basa (Kemenkes RI, 2018).

Beberapa faktor yang menyebabkan timbulnya penyakit diare disebabkan oleh penyebaran kuman melalui kontaminasi makanan atau minuman yang tercemar tinja dan dari faktor resiko lainnya yang merupakan faktor penjamu dan oleh faktor lingkungan dan perilaku yang kurang baik terhadap pencegahan diare. Oleh karena itu diperlukan kerjasama lintas program atau sektor terkait serta partisipasi aktif masyarakat sehingga penyebab diare dapat ditekan. Faktor penjamu yang menyebabkan kerentanan terhadap diare salah satunya adalah kurangnya kesadaran masyarakat mengenai pencegahan terjadinya penyakit diare. Kurangnya kesadaran ini salah satunya berasal dari pengetahuan tentang diare yang masih rendah (Black & Hawk, 2014).

Salah satu cara pencegahan diare adalah dengan mencuci tangan. Namun, kebiasaan mencuci tangan masih jarang diterapkan oleh masyarakat Indonesia. Hal ini dipengaruhi oleh tingkat kesadaran kesehatan masyarakat yang masih rendah, ditunjukkan dengan perilaku masyarakat yang jauh dari pola hidup sehat dan bersih. Kesadaran masyarakat Indonesia untuk hidup sehat dengan kebiasaan cuci tangan masih kurang. Padahal kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun merupakan tindakan sederhana, namun efektif

mencegah pertumbuhan penyakit. Hal ini dipengaruhi oleh tingkat kesadaran kesehatan masyarakat yang masih rendah, ditunjukkan dengan perilaku masyarakat yang jauh dari pola hidup sehat dan bersih. Kesadaran masyarakat Indonesia untuk hidup sehat dengan kebiasaan cuci tangan masih kurang. Padahal kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun merupakan tindakan sederhana, namun efektif mencegah pertumbuhan penyakit (Kemenkes RI, 2014).

Intervensi pencegahan dengan promosi kebersihan merupakan salah satu dari sejumlah strategi yang ditentukan oleh *World Health Organization* (WHO, 2013) untuk mengendalikan diare. Hal ini meliputi berbagai kegiatan yang bertujuan untuk mendorong setiap orang dan masyarakat untuk melaksanakan kegiatan kebersihan yang dapat mencegah terjadinya diare, seperti mencuci tangan. Mencuci tangan bertujuan untuk dekontaminasi tangan dan mencegah transmisi silang oleh patogen penyebab diare. Mencuci tangan dengan sabun dan air akan menghilangkan patogen secara mekanis dan secara kimia membunuh patogen dan kolonisasi bakteri, sehingga mencuci tangan akan lebih efektif. Selain itu, mencuci tangan dengan sabun di bawah air mengalir atau sejumlah besar air sambil digosok akan lebih efektif dibandingkan hanya mencelupkan tangan ke dalam mangkuk air (sering tanpa sabun), yang merupakan praktek umum di banyak negara berpenghasilan rendah, terutama sebelum makan (WHO, 2010)

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat saat mahasiswa Pengalaman belajar praktik (PBP) di Puskesmas Kediri, Lombok Barat pada bulan Agustus 2021 didapatkan bahwa kunjungan di poliklinik umum, poli KIA ataupun pada ruangan rawat inap masih banyak pasien dengan diagnosa Diare. Survey lebih lanjut didapatkan data bahwa sebagian besar penderita

mengatakan masih kurang paham dengan dengan cara pencegahan diare salah satunya cara mencuci tangan yang baik dan benar, sehingga tim pengabdian kepada masyarakat tertarik untuk

melakukan penyuluhan kesehatan yang bertujuan untuk memberikan edukasi tentang mencuci tangan yang baik dan benar dimasa pandemic covid-19 di puskesmas Kediri, Lombok Barat.

METODE

Metode kegiatan yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan kesehatan dengan tahapan sebagai berikut :

Tujuan	Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan sasaran terkait pencegahan penyakit diare melalui cuci tangan serta memberikan edukasi tentang mencuci tangan yang baik dan benar di masa pandemic Covid-19
Sasaran	Pasien rawat jalan di Puskesmas Kediri, Lombok Barat
Kegiatan	<ol style="list-style-type: none">1. Perkenalan dan penjelasan tujuan serta kegiatan penyuluhan kesehatan yang akan dilakukan2. Penjelasan materi penyuluhan kesehatan meliputi pengertian diare, penyebab diare,tanda dan gejala, penularan diare, pencegahan diare, klasifikasi diare serta penatalaksanaan diare3. Demonstrasi cuci tangan menggunakan sabun4. Pembagian leaflet kepada peserta penyuluhan kesehatan5. Tanya jawab dengan peserta penyuluhan kesehatan6. Pendampingan perwakilan peserta untuk melakukan demonstrasi cara cuci tangan yang baik dan benar7. Evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh tim8. dokumentasi
Strategi	<ol style="list-style-type: none">1. Ceramah dan Tanya jawab2. Demonstrasi
Media	<ol style="list-style-type: none">1. Laptop2. LCD/ projector3. Poster4. Leaflet5. Perlengkapan cuci tangan (air mengalir, sabun cair, lap tangan)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 6 Agustus 2021 di Puskesmas Kediri, Lombok Barat. Pelaksanaanya sudah sesuai dengan tahapan-tahapan yang sebelumnya disusun dalam satuan acara penyuluhan (SAP) sebagai berikut :

1. Pendahuluan

Pada tahap ini hal awal yang dilakukan adalah membuka kegiatan penyuluhan kesehatan dengan memperkenalkan diri dari tim pengmas. Selanjutnya adalah

melakukan kontrak waktu dengan peserta yaitu selama 1 jam atau 60 menit. Kegiatan dibuka oleh moderator.

2. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan Kesehatan

a. Kegiatan dimulai dengan mengidentifikasi pengetahuan peserta terkait penyakit diare melalui tanya jawab. Berdasarkan hasil tanya jawab, didapatkan pengetahuan peserta terkait diare masih kurang dan belum paham

- bagaimana tahapan yang benar dalam mencuci tangan.
- b. Menjelaskan materi penyuluhan kesehatan tentang diare dengan menggunakan media laptop dan LCD/ projector dengan tampilan gambar serta animasi yang menarik dan dengan bahasa yang mudah dimengerti. Hasil observasi tim pengmas, peserta tampak antusias memperhatikan penjelasan dari tim pengmas.
 - c. Melakukan demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar dengan menggunakan media yang telah disediakan yaitu air mengalir, sabun cair dan lap tangan. Peserta tampak memperhatikan kegiatan demonstrasi sambil mempraktikkan sendiri ditempat duduk masing-masing.
 - d. Tim pengmas membagikan leaflet kepada peserta dan melakukan diskusi tanya jawab terkait hal-hal yang kurang dipahami tentang materi penyuluhan. Hasil observasi tim pengmas, ada 9 peserta yang bertanya.
 - e. Setelah kegiatan tanya jawab selanjutnya mendampingi peserta yang bersedia melakukan praktik cuci tangan. Peserta sangat antusias untuk mencoba yaitu sebanyak 6 orang, peserta yang lainnya mencoba praktik ditempatnya masing-masing.
 - f. Mengidentifikasi ulang pengetahuan peserta terkait materi penyuluhan kesehatan yang sudah disampaikan oleh penyaji dan didapatkan hasil sebagian besar peserta sudah mengetahui langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar.
3. Penutup
- Pada tahap penutup, moderator menjelaskan hasil evaluasi dari kegiatan penyuluhan dimana waktu yang sudah ditetapkan diawal selama 60 menit menjadi 75 menit, 15 menit lebih lama. Hal ini karena antusias para peserta dalam diskusi tanya jawab serta mencoba praktik langkah mencuci tangan. Kegiatan diakhiri dengan foto bersama.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan kesehatan “Edukasi Cara Mencuci Tangan dengan Baik dan Benar untuk Mencegah Diare”

SIMPULAN

Kesadaran akan pentingnya mencuci tangan untuk mencegah penyakit diare disebabkan salah satunya karena kurangnya pengetahuan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan



pengetahuan pasien rawat jalan di puskesmas Kediri, Lombok Barat tentang pencegahan penyakit diare melalui cuci tangan yang baik dan benar melalui penyuluhan kesehatan, dimana dapat disimpulkan bahwa dengan edukasi pada peserta penyuluhan kesehatan didapatkan adanya peningkatan pengetahuan pasien rawat jalan di puskesmas Kediri, Lombok

Barat tentang langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar.

Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan semua pasien rawat jalan di puskesmas Kediri, Lombok Barat dapat menerapkan materi penyuluhan kesehatan yg diperoleh serta bisa melakukan cuci tangan dengan 6 langkah yang benar dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Black, J dan Hawks, J. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan*. Dialihbahasakan oleh Nampira R. Jakarta: Salemba Emban Patria.
- Hatchette, T.F. & Farina, D. (2011). *Infectious Diarrhea: When To Test and When To Treat*, Canadian Medical Association Journal, 183 (3).
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Situasi Diare di Indonesia*, Jakarta.
- Kemendes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Kemendes RI. (2014). *Infodatin: Perilaku Mencuci Tangan Pakai Sabun Di Indonesia*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Pokja PPI. (2015). *Panduan Kebersihan Tangan RSUP Prof. dr. R.D. Kandou*
- WHO. (2010). *WHO Guidelines on Hand Hygiene in Healthcare, First Global Patient Safety Challenge- Clean Care Is Safe Care*. Geneva
- WHO. (2013). *Clean Care is Safer Care team. Evidence of hand hygiene to reduce transmission and infections by multidrug resistant organisms in health-care settings*. Switzerland: World Health Organization