

## **PROMOSI KESEHATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI RW. 09 KEL. SETIAMANAH KEC.CIMAHI TENGAH**

**Sri Gunarni, Endah Sri Lestari**

Akademi Keperawatan RS.Dustira, Cimahi, Jawa Barat, Indonesia  
*srigunarni044@gmail.com, lestarisarmuji@gmail.com*

### **Abstract**

Disease prevention and health promotion are essential at a time when the incidence of infectious diseases is still high and is accompanied by the increasing number of non-communicable diseases. The current high burden of public health problems indicates that existing health promotion and prevention cannot contribute to improving public health status. The level of family or household health is determined as an effort to improve community behavior in implementing Clean and Healthy Life Behavior (PHBS). The lack of understanding of the community in RW 9 Setiamanah Village, Central Cimahi towards PHBS makes people less concerned about cleanliness, both personal hygiene and environmental cleanliness. Most of the people of RW 9 Setiamanah Urban Village do not understand PHBS clearly, so it is important to introduce the community to PHBS itself.

The objective of this health promotion is to identify PHBS to the community of RW 9 Setiamanah Village so that they understand and are able to apply PHBS for their own health and the surrounding environment. The method used is through health education using power point presentation media and the practice of washing hands properly and correctly directly. The results of the Health promotion show that the people of RW 9 Setiamanah Village are able to know the importance of PHBS and are able to practice PHBS directly, including washing their hands with good and correct techniques..

*Keywords: cleanliness, community, health, PHBS, promotion.*

### **Abstrak**

Pencegahan penyakit menular merupakan salah satu Tindakan yang dapat dilakukan di pandemi COVID-19. Tingginya masalah Kesehatan, terutama penyakit menular ini ini menunjukkan bahwa perlu adanya pencegahan atau Pendidikan Kesehatan untuk meningkatkan taraf kesehatan individu dan masyarakat. Derajat kesehatan keluarga atau rumah tangga ditentukan sebagai upaya peningkatan perilaku masyarakat dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kurangnya pemahaman masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah terhadap PHBS mengakibatkan kurangnya kepedulian terhadap kebersihan. Sebagian besar masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah belum mengerti mengenai PHBS secara baik, sehingga perlu diperkenalkan kepada masyarakat tentang PHBS.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah mengedukasi PHBS kepada masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah agar mengetahui dan mampu menerapkan PHBS untuk diri sendiri dan lingkungan. Adapun metode yang dipakai yaitu melalui penyuluhan Kesehatan memakai media power point dan praktik melakukan cuci tangan. Hasil dari promosi Kesehatan menunjukkan bahwa masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah mampu mengerti tentang PHBS dan mampu melakukan praktik PHBS, diantaranya melakukan cuci tangan dengan Teknik yang baik dan benar.

*Kata kunci: Kesehatan, Kebersihan, PHBS, promosi, masyarakat.*

## PENDAHULUAN

Pencegahan penyakit menular merupakan salah satu Tindakan yang dapat dilakukan di saat pandemi COVID-19 terjadi di Indonesia. Tingginya masalah Kesehatan, terutama penyakit menular ini ini menunjukkan bahwa perlu adanya pencegahan atau Pendidikan Kesehatan untuk meningkatkan taraf kesehatan individu dan masyarakat. Derajat kesehatan keluarga ditentukan sebagai upaya peningkatan perilaku masyarakat dalam melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Praktik cuci tangan merupakan komponen penting dalam PHBS. Mencuci tangan merupakan salah satu tindakan pencegahan sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri. Mencuci tangan selama 20 detik dengan sabun, air atau alkohol adalah tindakan pencegahan sederhana untuk menghentikan penyebaran infeksi (CDC 2020). Praktik cuci tangan dapat memutus penularan agen penyakit yang secara signifikan dapat mengurangi diare, gangguan pernapasan. Praktik cuci tangan secara efektif telah terbukti mengurangi kejadian dan prevalensi penyakit diare dengan mencegah penularan berbagai patogen (CDC 2019, Erasmus et al., 2010)

Tangan manusia merupakan salah satu perantara dalam transmisi infeksi, terutama diare dan pernapasan yang penyebab utama kematian bayi dan anak di negara berkembang (Edmonds - Wilson et al, 2015). Penyebaran organisme terjadi ketika seseorang tidak mencuci tangan secara efektif. Mencuci tangan dengan sabun dan air merupakan salah satu Langkah efektif dalam mencegah transmisi penyakit menular. Mencuci tangan secara mekanis dapat menghilangkan agen pathogen dengan membilasnya oleh air, sehingga mengurangi jumlah

mikroba di tangan manusia (WHO, 2020).

## METODE

Metode penerapan yang diimplementasikan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pendidikan kesehatan bagi masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah tentang PHBS dan pelaksanaan cuci tangan. Metode pelaksanaan pada pengabdian masyarakat ini terdiri dari :

1. Observasi tempat kegiatan pengabdian masyarakat
2. Pengajuan proposal pengabdian masyarakat
3. Konsultasi dengan pengurus daerah setempat
4. Menentukan isu masalah yang muncul
5. Menentukan tema dan metode Pendidikan kesehatan
6. Persiapan administrasi

Metode yang diterapkan dalam pengabdian masyarakat ini yaitu melakukan ceramah, diskusi, dan tanya jawab.

Pelaksanaan kegiatan ini yaitu diawali dengan melakukan wawancara kepada masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah. Hasil wawancara menunjukkan masih belum optimalnya pemberian edukasi dan praktik secara langsung kepada masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah ataupun mengenai PHBS. Sehingga, masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah terlihat antusias dalam pelaksanaan edukasi Kesehatan mengenai PHBS. Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan ini diikuti oleh 20 warga RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah dengan tingkat Pendidikan bervariasi, mulai dari SD hingga S1.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan kegiatan persiapan, yaitu berkoordinasi dengan ketua RW 09 untuk meminta izin kegiatan dan meminjam lokasi untuk dilakukan Pendidikan Kesehatan. Media dalam edukasi Kesehatan yaitu menggunakan infokus dan dalam bentuk video berisi materi tentang PHBS dan praktik cuci tangan, selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan praktik cuci tangan secara langsung baik menggunakan sabun cair atau handsanitizier. Materi yang diberikan berlangsung selama 50 menit, audiens menyimak dengan seksama terhadap materi yang dikirim. Proses evaluasi dilakukan menggunakan lembar observasi. Pembukaan kegiatan langsung dibuka oleh pemberi penyuluhan yang kemudian dilanjutkan dengan perkenalan tim, penjelasan tujuan Pendidikan Kesehatan, pemberian pre tes, presentasi materi mengenai PHBS, lalu dilanjutkan praktik langsung oleh audiens.

Menurut WHO, terdapat enam Langkah dalam mencuci tangan, yaitu : 1) menuangkan handsanitizer, Kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan dengan gerakan memutar; 2) Mengosok punggung tangan secara bergantian; 3) menggosok sela-sela tangan secara bergantian hingga bersih; 4) membersihkan semua ujung jari secara bergantian dengan posisi tangan saling mengunci; 5) menggosokkan ibu jari secara bergantian; 6) menyimpan ujung jari ke telapak tangan, lalu menggosok secara perlahan hingga bersih. Selanjutnya kegiatan diskusi tanya jawab dilakukan dan diakhiri dengan post tes. Pelaksanaan pre tes dan post tes dilakukan sebagai tolak ukur dalam menilai pengetahuan dan pemahaman masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah mengenai PHBS dan praktik cuci tangan. Instrumen pre tes dan post tes berisi pertanyaan mengenai PHBS dan praktik cuci tangan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian Kepada masyarakat ini berupa pendidikan Kesehatan tentang PHBS yang dilaksanakan di RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan untuk menekankan pentingnya PHBS pada masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah, sehingga dapat meminimalisasi terjadinya berbagai macam penyakit. Pendidikan kesehatan dilaksanakan selama 2 hari, dengan rencana kegiatan persiapan dan pelaksanaan. Tahap persiapan dilakukan pengumpulan informasi tentang kondisi lingkungan maupun masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah yang menjadi sasaran dikegiatan Pendidikan kesehatan. Berdasarkan hasil wawancara, yang didapata bahwa :

1. Masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah belum pernah diadakan Pendidikan kesehatan tentang PHBS
2. RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah memiliki risiko tinggi terjadinya berbagai penyakit
3. Pemahaman masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah tentang PHBS sangat kurang, sehingga berdampak pada rendahnya kesadaran masyarakat tentang PHBS

Kegiatan promosi Kesehatan dilaksanakan secara langsung dengan presentasi melalui power point dengan jumlah peserta sebanyak 20 warga RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah, serta dilakukan praktik cuci tangan secara baik dan benar. Demonstrasi disertai dengan video interaktif sehingga memudahkan

masyarakat untuk melakukan praktik cuci tangan. Berikut merupakan hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendidikan Kesehatan PHBS yang dilaksanakan di RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah :

RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah

**Tabel 1. Kriteria penilaian keberhasilan promosi kesehatan**

No	Kriteria	Pre Test	Post Test
1	Menjelaskan pengertian PHBS	55%	100%
2	Menjelaskan pentingnya PHBS	40%	90%
3	Menyebutkan poin-poin dalam PHBS	60%	100%
4	Menjelaskan cara cuci tangan yang baik dan benar	45%	100%
5	Demonstrasi cuci tangan yang baik dan benar	40%	90%

Hasil pre test menunjukkan bahwa 55% audiens mampu menjawab dengan benar mengenai pengertian PHBS, 40% audiens mampu menjawab dengan benar mengenai pentingnya PHBS, 60% audiens mampu menjawab dengan benar mengenai poin-poin PHBS, 45% audiens mampu menjawab dengan benar mengenai Langkah-langkah mencuci tangan, 40% audiens mampu melakukan praktik cuci tangan dengan baik dan benar. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah mengenai PHBS serta masih kurangnya keterampilan audiens dalam melakukan praktik cuci tangan dengan baik.

Hasil post test menunjukkan bahwa semua audiens mampu menjawab dengan benar mengenai PHBS, poin-poin PHBS, dan Langkah-langkah mencuci tangan, 90% audiens mampu menjawab

dengan benar mengenai pentingnya PHBS, dan mampu melakukan praktik cuci tangan dengan baik dan benar. Hasil ini menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan pengetahuan serta keterampilan audiens mengenai PHBS dan praktik cuci tangan dengan enam Langkah.



## SIMPULAN

Tujuan dari pengabdian masyarakat berupa promosi Kesehatan PHBS yang dilakukan di RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah dapat terlaksana. Hal ini dapat terlihat dengan meningkatnya pemahaman masyarakat tentang PHBS. Masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah mampu menjelaskan poin-poin dalam PHBS serta mampu melakukan praktik salah satu PHBS, yaitu mencuci tangan dengan enam Langkah secara benar. Setelah kegiatan Pendidikan kesehatan ini selesai dilaksanakan, diharapkan masyarakat RW 9 Kelurahan Setiamanah, Cimahi Tengah mampu menjaga kebersihan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Centers for Disease Control and Prevention (2019). Hand hygiene in healthcare settings. Retrieved from <https://www.cdc.gov/handhygiene/index.html>
- Doronina, O. , Jones, D. , Martello, M. , Biron, A. , & Lavoie-Tremblay, M. (2017). A systematic review on the effectiveness of interventions to improve hand hygiene compliance of nurses in the hospital setting. *Journal of Nursing Scholarship*, 49, 143  
10.1111/jnu.12274
- Edmonds-Wilson, S. L. , Nurinova, N. I. , Zapka, C. A. , Fierer, N. , & Wilson, M. (2015). Review of human hand microbiome research. *Journal of Dermatological Science*, 80, 3–12.  
10.1016/j.jdermsci.2015.07.006
- Erasmus, V. , Daha, T. J. , Brug, H. , Richardus, J. H. , Behrendt, M. D. , Vos, M. C. , & van Beeck, E. F. (2010). Systematic review of studies on compliance with hand hygiene guidelines in hospital care'. *Infection Control & Hospital Epidemiology*, 31, 283–294. 10.1086/650451
- Handayani, N. L. P., Suarjana, I. K., & Listyowati, R. (2019). Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Dan Motivasi Perawat Dengan Kepatuhan Cuci Tangan Di Ruang Rawat Inap Rsu Surya Husadha Denpasar. *Archive of Community Health*, 6(1), 9. <https://doi.org/10.24843/ach.2019.v06.i01.p02>
- Kemenkes RI. 2011. *Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI
- Kemenkes RI. 2014. *Perilaku mencuci tangan pakai sabun di Indonesia*. Jakarta : Pusat Data dan Informasi (Pusdatin)
- World Health Organization. 2009. *WHO Guidelines on hand hygiene In health care*. Geneva