

Penyuluhan Cuci Tangan Yang Bersih Sebagai Perilaku Hidup Sehat Pada Lanjut Usia di RSUD Tere Margareth Medan

Counseling Clean Hand Washing As Healthy Living Behavior On The Elderly at Tere Margareth Medan Hospital

Dicky Yuswardi Wiratma¹, Dyna Grace Romatua Aruan²

Universitas Sari Mutiara Indonesia Jl. Kapten Muslim No.79 Medan¹

Universitas Sari Mutiara Indonesia Jl. Kapten Muslim No.79 Medan²

e-mail: ¹dickywiratma@yahoo.co.id, ²dynaaruan2014@yahoo.co.id

ABSTRAK

Cuci tangan adalah cara yang paling efektif dalam menurunkan angka kejadian infeksi nosokomial, didefinisikan sebagai suatu tindakan membersihkan tangan menggunakan air dan/atau *hand sanitizer* berbahan dasar alkohol untuk mengeliminasi mikroorganisme transien yang ada pada tangan. Hasil pelaksanaan program tentang mencuci tangan, menurut studi WHO tahun 2007 menyatakan, kejadian diare menurun 45% dengan perilaku mencuci tangan pakai sabun, 32% dengan meningkatkan akses masyarakat terhadap sanitasi dasar dan 39% perilaku pengelolaan air minum yang di rumah tangga, dengan upaya tersebut kejadian diare menurun sebesar 94%. Rumah Sakit Umum Tere Margareth adalah salah satu fasilitas kesehatan yang memiliki banyak pasien dengan angka kejadian penyakit gastrointestinal yang cukup tinggi yaitu gastritis dan diare dengan usia pasien 60-70 tahun keatas. Tujuan dari kegiatan penyuluhan ini adalah memberikan informasi, pengetahuan dan pengaruh terhadap cara mencuci tangan yang bersih serta berperilaku hidup sehat pada orang lansia. Penyuluhan ini dilakukan dengan metode kuesioner, ceramah, praktek dan diakhiri dengan pemberian bingkisan. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa bertambahnya wawasan dan pengetahuan lansia tentang cara mencuci tangan yang bersih serta berperilaku hidup sehat bagi masing-masing peserta. Berdasarkan hasil kegiatan ini, maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan dan praktek cuci tangan ini memiliki pengaruh terhadap wawasan dan pengetahuan serta keterampilan pada lansia.

Kata Kunci : Cuci Tangan; Lanjut Usia; Perilaku Hidup Sehat

ABSTRACT

Hand washing is the most effective way to reduce the incidence of nosocomial infections, defined as an act of cleaning hands using water and or alcohol-based hand sanitizers to eliminate transient microorganisms present in the hands. The results of the implementation of the program about hand washing, according to a WHO study in 2007 stated, the incidence of diarrhea decreased by 45% with the behavior of hands washing with soap, 32% by increasing community access to basic sanitation, and 39% of drinking water management behavior in households, with efforts the incidence of diarrhea decreased by 94% Tere Margareth General Hospital is one of the health facilities that has many patients with a high incidence of gastrointestinal disease, namely gastritis and diarrhea with patients aged 60-70 years and older. The purpose of this outreach activity is to provide information, knowledge and influence on how to wash hands cleanly and behave in a healthy lifestyle for the elderly. This counseling is done by questionnaire, lecture, practice and ends with the gift giving. The results of this activity showed that the increased insight and knowledge of the elderly about how to wash hands cleanly and behave in a healthy lifestyle for each participant. Based on the results of this activity, it can be concluded that counseling and practice of washing hands has an influence on insight and knowledge and skills in the elderly.

Keywords: Hand Washing; Elderly; Healthy Lifestyle.

PENDAHULUAN

Pada era global seperti sekarang ini, cuci tangan adalah hal yang sangat penting untuk dilakukan, tidak hanya dalam lingkup kecil tetapi juga sudah dalam lingkup yang dunia, bahkan di negara maju masih menjadi perhatian yang besar. Hal ini terjadi karena masih minim nya kesadaran untuk mencuci tangan yang bersih dan benar sebelum dan sesudah melakukan kegiatan sehingga rentan dengan penyakit.

Cuci tangan adalah cara yang paling efektif dalam menurunkan angka kejadian infeksi nosokomial, di definisikan sebagai suatu tindakan membersihkan tangan menggunakan air dan/atau *hand sanitizer* berbahan dasar alkohol untuk mengeliminasi mikroorganisme transien yang ada pada tangan (Nabavi M, 2015).

Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun sehingga menjadi bersih (Nurhayati N, 2015).

Menurut WHO (2005) dalam Depkes RI (2006) terdapat 2 teknik mencuci tangan, yaitu mencuci tangan dengan sabun dan air mencuci tangan dengan larutan berbahan dasar alkohol.

Hasil pelaksanaan program tentang mencuci tangan, menurut studi WHO tahun 2007 menyatakan, kejadian diare menurun 45% dengan perilaku mencuci tangan pakai sabun, 32% dengan meningkatkan akses masyarakat terhadap sanitasi dasar, dan 39% perilaku pengelolaan air minum yang di rumah tangga, dengan upaya tersebut kejadian diare menurun sebesar 94% (Depkes RI, 2007).

Diare merupakan salah satu gangguan gastrointestinal yang banyak dialami. Gangguan ini terjadi karena selaput dinding usus besar penderita mengalami iritasi karena mengkonsumsi makanan yang tidak higienis atau mengandung kuman, sehingga dengan begitu gerakan peristaltik usus tidak terkendali serta didalam usus besar tidak terjadi penyerapan air (Omni Hospital, 2015).

Lansia merupakan salah satu kelompok atau populasi berisiko (*population at risk*) yang semakin meningkat jumlahnya. Populasi berisiko (*population at risk*) adalah kumpulan orang-orang yang masalah kesehatannya memiliki kemungkinan akan berkembang lebih buruk karena adanya faktor-faktor risiko yang memengaruhi (Allender, Rector, dan Warner, 2014).

Lansia sebagai populasi berisiko ini memiliki tiga karakteristik risiko kesehatan yaitu, risiko biologi termasuk risiko terkait usia, risiko sosial dan lingkungan serta risiko perilaku atau gaya hidup (Stanhope dan Lancaster, 2016).

Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan sebetulnya telah memperkenalkan pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sejak tahun 1996 akan tetapi cakupan pelaksanaan PHBS

diketahui masih rendah. Untuk itu Kementerian Kesehatan membuat aturan dan arahan pelaksanaan PHBS melalui Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Sebagai penjabaran dari Permenkes tersebut, dalam buku pedoman pembinaan PHBS disebutkan bahwa derajat kesehatan masyarakat yang masih belum optimal pada hakikatnya dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, perilaku masyarakat dan sistem pelayanan kesehatan yang masih kurang optimal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa determinan utama dari kurang optimalnya derajat kesehatan masyarakat selain disebabkan oleh kondisi lingkungan yang kurang sehat, hal ini juga disebabkan oleh perilaku masyarakat (Kemenkes RI,2011).

Rumah Sakit Umum Tere Margareth Medan adalah salah satu fasilitas pelayanan kesehatan yang memiliki banyak pasien dengan angka kejadian penyakit gastrointestinal yang cukup tinggi yaitu gastritis dan diare dengan usia pasien 60-70 tahun keatas. Hal ini dapat terjadi karena masih rendahnya pengetahuan tentang cara cuci tangan yang bersih dan berperilaku hidup sehat.

Berdasarkan data dan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penyuluhan cuci tangan yang bersih dan benar sebagai perilaku hidup sehat pada orang lanjut usia di RSU Tere Margareth Medan.

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan informasi, pengetahuan dan pengaruh terhadap cara mencuci tangan yang bersih serta berperilaku hidup sehat pada orang lanjut usia.

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan program melibatkan tim pengabdian sebagai fasilitator utama dibantu oleh 3 orang mahasiswa sebagai *co-fasilitator*. Mahasiswa tersebut adalah mahasiswa tingkat akhir yang telah memiliki keterampilan untuk memandu dan melakukan cara cuci tangan yang bersih dan benar.

Kegiatan penyuluhan cuci tangan ini dilakukan secara kelompok besar dan pembagian dalam kelompok kecil ketika melakukan praktek cuci tangan yang bersih dan benar sebagai perilaku hidup sehat.

Penyuluhan dibuka dengan kata sambutan oleh Kepala Sub Bagian Umum RSU Tere Margareth dan dilanjutkan dengan perkenalan tim pengabdian kepada para lansia. Kemudian seluruh lansia memperkenalkan dirinya masing-masing, diharapkan dengan adanya perkenalan ini dapat terciptanya ikatan antara tim dan peserta. Penyuluhan dimulai dengan memberikan pre-test dan metode ceramah mengenai cara cuci tangan yang bersih sebagai bentuk perilaku hidup sehat, dilanjutkan dengan fasilitator mendemonstrasikan terlebih dahulu cara cuci tangan yang baik dan

benar, kemudian tim membagi peserta menjadi 3 kelompok, hal ini dimaksudkan agar demonstrasi cuci tangan yang bersih dapat berjalan dengan baik dan kondusif. Setelah itu masing-masing peserta mencoba mempraktekkan cara cuci tangan yang bersih sampai mereka benar-benar paham. Kegiatan ini diakhiri dengan post-test dan pemberian bingkisan bagi peserta yang memiliki nilai post-test terbaik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penyuluhan dan praktek cuci tangan yang bersih sebagai perilaku hidup sehat yang telah dilakukan, maka dapat dilihat bahwa hal ini mendapat respon yang positif dari para peserta. Hal ini karena masih banyak dari orang lanjut usia yang ikut belum pernah mendapatkan penyuluhan cara mencuci tangan yang benar. Karena itu mereka sangat antusias dalam mengikuti penyuluhan dan praktek cuci tangan ini.

Kegiatan penyuluhan ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan serta pengaruh terhadap cara mencuci tangan yang bersih pada orang lanjut usia. Hal ini terbukti dari metode yang diberikan dalam penyuluhan dan praktek dapat mempengaruhi antusiasme bagi para peserta, seperti pada awal penyuluhan mereka belum begitu terbuka dan masih menutup diri, maka setelah dilakukan penyuluhan dan praktek dengan membagi mereka pada kelompok yang lebih kecil, terlihat mereka sangat berperan dan aktif sehingga membuat mereka lebih paham. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa bertambahnya wawasan dan pengetahuan lansia tentang cara mencuci tangan yang bersih sebagai perilaku hidup sehat bagi masing-masing peserta.



Gambar 1. Peserta Penyuluhan



Gambar 2. Saat Penyuluhan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat mengenai penyuluhan cuci tangan yang bersih sebagai perilaku hidup sehat pada lansia di RSUD Tere Margareth Medan, maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan dan praktek cuci tangan ini memiliki pengaruh terhadap wawasan dan pengetahuan serta keterampilan lansia yang ada di RSUD Tere Margareth Medan.

SARAN

Kepada lansia sebaiknya lebih memperhatikan kebersihan diri khususnya dalam mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan aktifitas, kemudian bagi tenaga kesehatan dan staff rumah sakit sebaiknya melakukan penyuluhan secara berkesinambungan tentang cara cuci tangan yang bersih kepada lansia maupun pasien rumah sakit.

DAFTAR PUSTAKA

Allender, J.A., Rector, C., & Warner, K.D. (2014). *Community and Public Health Nursing Promoting The Public's Health (8th Ed.)*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Depkes RI., 2006. *Pedoman Tatalaksana Diare*. Jakarta: Direktorat Jendral PPM dan PL.

Depkes RI., 2007. *Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Berbagai Tatanan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah*. Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan.

Dinkes Provinsi Jateng. 2009. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. Semarang.

<https://www.omni-hospitals.com/articles/index/152>, 2015. Dikutip 5 Januari 2020.

Ma'rifatul AL. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Nabavi M, Alavi-Moghaddam M, Gachkar L, Moeinian M. *Knowledge, Attitudes and Practices Study on Hand Hygiene Among Imam Hossein Hospital's Residents in 2013*. Iran Red Crescent Med J. 2015;17(10):e19606.

Nurhajati N. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat*. Jurnal Publiciana. 2015;8(1):107-26.

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2011. *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)*. Jakarta.

Potter & Perry. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Volume 1*, Edisi 4. Jakarta: EGC.

Septalia, R.E. 2010. *Penyuluhan Kesehatan Masyarakat*. Diakses 5 Januari 2020.

Stanhope, M., & Lancaster, J. (2016). *Public Health Nursing Population Centered Health Care In The Community* (9th Ed.). Missouri: Elsevier.

WHO. *Guidelines on Hand Hygiene in Health Care*. Library Cataloguing-in-Publication Data; 2005.