

## SOSIALISASI CUCI TANGAN GUNA MENCEGAH PENYEBARAN COVID-19 DI PUSKESMAS AIR TAWAR KOTA PADANG

<sup>1</sup> Yuliza Birman, <sup>2</sup> Yusti Siana, <sup>3</sup> Sri Nani Jelmila, <sup>4</sup> Rahmad Dika, <sup>5</sup> Jannatul Hikmah  
<sup>1,2,3,4,5</sup> Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah

E-mail korespondensi: [yulizabirman@fk.unbrah.ac.id](mailto:yulizabirman@fk.unbrah.ac.id)

---

### Article History:

Received: 20 Mei 2022  
Revised: 6 Juli 2022  
Accepted: 11 Juli 2022

**Kata Kunci :** sosialisasi, cuci tangan, covid-19

**Keywords:** socialization, hand washing, covid-19

---

### Abstrak:

**Latar Belakang :** Covid-9 telah menjadi pandemi dunia. Penyakit ini disebabkan oleh virus *Sars Cov-2* yang ditularkan melalui droplet ataupun kontak langsung dengan virus melalui perantaraan benda atau tangan. Tangan sering menjadi media penularan virus. Tindakan mencuci tangan dengan langkah-langkah yang benar merupakan salah satu upaya untuk mencegah penularan Covid-19. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai langkah mencuci tangan yang baik dan benar guna mengurangi penyebaran Covid-19.

**Metode :** Metode kegiatan ini dengan cara ceramah dan demonstrasi langkah mencuci tangan kepada pengunjung Puskesmas Air Tawar Padang. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 8 Januari 2022 di Puskesmas Air Tawar Padang.

**Hasil:** Sebanyak 85% peserta memahami materi yang disampaikan, 70% peserta mampu untuk mendemonstrasikan kembali cara mencuci tangan yang baik dan benar. Peserta antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan.

---

### Abstract:

**Background :** Covid-9 has become a global pandemic. This disease is caused by the *Sars Cov-2* virus which is transmitted through droplets or direct contact with the virus through objects or hands. Hands are often a medium for transmitting the virus. The act of washing hands with the right steps is one of the efforts to prevent the transmission of Covid-19. This activity aims to increase public knowledge about proper and proper hand washing steps to reduce the spread of Covid-19.

**Method :** The method of this activity is by way of lectures and demonstrations of hand washing steps to visitors to the Padang Air Tawar Health Center. The activity was carried out on January 8, 2022 at the Padang Air Tawar Health Center.

**Result:** As many as 85% of participants understood the material presented, 70% of participants were able to demonstrate again how to wash their hands properly and correctly. Participants were enthusiastic about the activities carried out.

---

## Pendahuluan

Pada Desember 2019, lebih dari 15.000 orang telah dipastikan terinfeksi oleh virus *corona* bernama *Sars Cov-2* yang menyebabkan pneumonia. Manifestasi klinis yang muncul berupa demam, batuk kering, sesak nafas, sakit kepala, dan pneumonia. Penyakit ini menyebabkan kegagalan pernapasan progresif akibat kerusakan paru-paru, yang selanjutnya berujung kematian. (*Expert Update on the SARS-CoV2 Coronavirus Causing the COVID-19 Outbreak - FEMS*, n.d.; Han et al., 2020; Lecker, n.d.)

Kasus COVID-19 di Indonesia pertama kali dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020 berjumlah dua kasus. Terjadi peningkatan kasus setiap hari sehingga diterbitkan regulasi pada tanggal 31 Maret 2020 berupa PP No. 21 Tahun 2020 tentang pembatasan sosial berskala besar dalam rangka percepatan penanganan COVID-19. WHO menerbitkan panduan internal tentang penyesuaian langkah-langkah *The New Normal* dengan memastikan enam syarat yaitu transmisi terkendali, kesiapan rumah sakit, risiko penularan terkendali, langkah pencegahan, mencegah kasus impor, dan partisipasi masyarakat. (Biro pers, media, n.d.; Kemenkes RI, 2020; *Portal Intranet Kominfo - Inilah Lima Fase New Normal Bidang Perdagangan*, n.d.)

Terkait diberlakukannya *New Normal* dengan dibukanya kembali tempat kerja perkantoran, industri, tempat kerja sektor jasa dan perdagangan guna mendukung keberlangsungan usaha perekonomian dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan yang ditetapkan pemerintah. Protokol pencegahan pun diterapkan di hampir seluruh sektor tersebut. Salah satu protokol pencegahannya yaitu dengan memastikan kebersihan tangan. Cara terbaik untuk mencegah dan memperlambat penularan penyakit ini dengan melindungi diri dan orang lain dari infeksi dengan mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun atau menggunakan *alcohol based rub/hand sanitizer*. (Kemenkes RI, 2020; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020; kurniawati, n.d.)

Mencuci tangan dengan benar sangat penting untuk mencegah kontaminasi pangan oleh tangan penjamah pangan. Bakteri dan virus yang ada ditangan akan berkurang setelah mencuci tangan dengan air bersih mengalir dan sabun. Ada enam (6) Langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Pertama, dengan membasahi tangan dan menggosok telapak tangan dengan sabun kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar. Kedua, usap dan gosok kedua punggung tangan secara bergantian. Ketiga, gosok sela-sela jari tangan hingga bersih. Keempat, membersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci. Kelima, dengan menggosok dan memutar kedua ibu jari secara bergantian. Keenam, meletakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan lalu bilas dengan air bersih dan keringkan. Penggunaan hand sanitizer diperkenankan sebagai tindakan tambahan tetapi tidak untuk menggantikan cuci tangan. (kurniawati, n.d.)

Pandemi Covid-19 mempengaruhi kelancaran proses pembangunan terutama bidang kesehatan yang merupakan fokus penanganan penanggulangan penyakit menular yang telah dikategorikan sebagai bencana non alam. Aktivitas dan mobilitas masyarakat menjadi dibatasi agar tingkat penularan bisa ditekan sehingga berdampak besar pada

pemanfaatan layanan kesehatan pada fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama sampai lanjutan. Program kesehatan yang mengharuskan kontak langsung dengan masyarakatpun menjadi tidak terlaksana, kegiatan ini banyak dialihkan secara virtual dan pemanfaatan berbagai media sebagai wadah pelaksanaan kegiatan. Namun peralihan ini butuh waktu untuk beradaptasi sehingga berdampak pada turunnya capaian program kesehatan. Fokus kegiatan dialihkan pada pencegahan Covid-19 sebagai prioritas baik secara intervensi maupun pendanaan. Meskipun demikian, Dinas Kesehatan bersama Puskesmas dan Fasilitas kesehatan lanjutan saling mendukung dalam menanggulangi pandemi Covid-19 ini termasuk lintas sektoral, semua Organisasi Perangkat Daerah (OPD) serta semua unsur masyarakat. (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2020)

Puskesmas Air tawar merupakan salah satu dari 23 Puskesmas yang terdapat di Kota Padang. Puskesmas Air Tawar terletak di Jalan Merak No.6, Ds. Air Tawar, Kec. Padang Utara. Puskesmas ini memiliki wilayah kerja seluas 3 km<sup>2</sup> dengan 3 desa, jumlah penduduk sebanyak 30780 jiwa. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019) Puskesmas Air Tawar melakukan pelayanan kesehatan rawat jalan dengan total jumlah kunjungan pada 2020 sebanyak 38.212 kunjungan. Puskesmas Air Tawar memiliki 20 Posyandu yang tersebar di wilayah kerjanya. Di wilayah ini terdapat banyak tempat berkumpulnya masyarakat baik berupa fasilitas pendidikan berupa sekolah dan perguruan tinggi. Terdapat cukup banyak café, rumah makan dan pusat perbelanjaan. Hal ini membutuhkan adanya pengetahuan dan kesadaran yang tinggi dari masyarakat terhadap pencegahan penyebaran penyakit, salah satu caranya adalah dengan mencuci tangan. (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2020; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019)

Salah satu penyebab tingginya penularan COVID-19 di Indonesia adalah kedisiplinan dan kepatuhan masyarakat yang masih belum sepenuhnya melaksanakan protokol kesehatan yang telah ditetapkan pemerintah dengan baik. Beberapa contoh bentuk ketidakpatuhan masyarakat menurut pemerintah berupa tidak mencuci tangan menggunakan sabun dan mengikuti 6 (enam) langkah mencuci tangan yang baik dan benar. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020; kurniawati, n.d.) Oleh karena itu kami melakukan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi cara mencuci tangan yang baik dan benar. Sosialisasi ini juga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Air Tawar Kota Padang akan pentingnya melakukan cuci tangan sesuai langkah yang telah ditetapkan di era pandemi Covid-19 yaitu dengan melakukan 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar guna mencegah penyebaran covid 19.

## **Metode Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Puskesmas Air Tawar Padang dengan sasaran kegiatan adalah pengunjung puskesmas. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan dengan melakukan survey awal permasalahan mitra. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi.

---

Peserta pengabdian diberikan pengetahuan tentang manfaat mencuci tangan, kapan cuci tangan perlu dilakukan dan cara mencuci tangan dengan menggunakan sabun dan air mengalir serta cara mencuci tangan dengan menggunakan *hand sanitizer*. Setelah dilakukan penyampaian materi sosialisasi, tim pengabdian mendemonstrasikan cara mencuci tangan sesuai dengan urutan langkahnya. Peserta diminta untuk mendemonstrasikan kembali cara mencuci tangan yang telah disosialisasikan.

## Hasil

Pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 8 Januari 2022 di Puskesmas Air Tawar Padang selama 2 jam. Kegiatan dimulai pukul 08.00 sampai pukul 10.00 dan dihadiri oleh 24 orang peserta yang merupakan pengunjung puskesmas Air Tawar Padang. Materi sosialisasi diberikan oleh tim pengabdian masyarakat dari Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Padang. Sebanyak 85% peserta memahami materi yang disampaikan, 70% peserta mampu untuk mendemonstrasikan kembali cara mencuci tangan yang baik dan benar. Peserta antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan.

Peserta menyadari akan pentingnya mencuci tangan secara benar. Mencuci tangan dengan 6 langkah ternyata mudah sekali dilakukan namun sangat bermanfaat dalam mencegah penyebaran penyakit. Sebagian besar peserta akan berusaha untuk selalu melakukan cuci tangan dengan baik dan benar. Peserta mengucapkan terima kasih atas dilakukannya sosialisasi Langkah mencuci tangan yang benar dan berjanji akan meneruskannya ke keluarga dirumah dan teman di tempat bekerja.

Dokumentasi pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Membagikan leaflet kepada peserta penyuluhan



Gambar 2. Sosialisasi materi penyuluhan dengan metode ceramah dan peragaan



Gambar 3. Foto bersama Tim dan Mitra



Gambar 4. Leaflet langkah mencuci tangan(kurniawati, n.d.)

## Diskusi

Kami melakukan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 8 Januari 2022 di Puskesmas Air Tawar Padang selama 2 jam. Kegiatan ini untuk mensosialisasikan cara mencuci tangan yang baik dan benar melalui metode ceramah dan untuk mendemonstrasikan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Peserta antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan. Ini menunjukkan adanya rasa keingintahuan dan kepedulian masyarakat terhadap pengendalian penyakit infeksi khususnya covid-19. Peserta menyadari akan pentingnya mencuci tangan secara benar. Mencuci tangan dengan 6 langkah ternyata mudah sekali dilakukan namun sangat bermanfaat dalam mencegah penyebaran penyakit.

Mencuci tangan yang benar adalah dengan menggunakan air mengalir dan sabun. Ada enam Langkah mencuci tangan yang dianjurkan. Pertama, dengan membasahi tangan dan menggosok telapak tangan dengan sabun kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar. Kedua, usap dan gosok kedua punggung tangan secara bergantian. Ketiga, gosok sela-sela jari tangan hingga bersih. Keempat, membersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci. Kelima, dengan menggosok dan memutar kedua ibu jari secara bergantian. Keenam, meletakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan lalu bilas dengan air bersih dan keringkan. Penggunaan hand sanitizer diperkenankan sebagai tindakan tambahan tetapi tidak untuk menggantikan cuci tangan. (kurniawati, n.d.)

## Kesimpulan dan Saran

Tangan merupakan salah satu media penularan Covid-19. Salah satu upaya pencegahan infeksi Covid-19 yang dapat dilakukan adalah dengan cara mencuci tangan. Diharapkan kepada peserta pengabdian untuk dapat menerapkan cuci tangan yang sesuai dengan pedoman WHO dan Kemenkes RI dalam kehidupan sehari-hari dimanapun berada agar terhindar dari infeksi Covid-19.

## Ucapan Terimakasih

Kegiatan ini terlaksana atas berbagai dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak. Kami mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Pendidikan Baiturrahmah Padang, pimpinan dan civitas akademika Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Padang, Dinas Kesehatan Kota Padang, pimpinan dan karyawan Puskesmas Air Tawar Padang dan semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini.

## Daftar Referensi

Biro pers, media, info sekretaris presiden. (n.d.). *Lima Arah Presiden terkait Penerapan Adaptasi Kebiasaan Baru - BNPB*. Retrieved July 4, 2022, from <https://bnpb.go.id/berita/lima-arahan-presiden-terkait-penerapan-adaptasi-kebiasaan-baru>

Dinas Kesehatan Kota Padang. (2020). *Profil Kesehatan Tahun 2020*.

*Expert update on the SARS-CoV2 coronavirus causing the COVID-19 outbreak - FEMS.* (n.d.). Retrieved July 4, 2022, from <https://fems-microbiology.org/expert-update-on-the-sars-cov2-coronavirus-causing-the-covid-19-outbreak/>

Han, W., Quan, B., Guo, Y., Zhang, J., Lu, Y., Feng, G., Wu, Q., Fang, F., Cheng, L., Jiao, N., Li, X., & Chen, Q. (2020). The course of clinical diagnosis and treatment of a case infected with coronavirus disease 2019. In *Journal of Medical Virology* (Vol. 92, Issue 5, pp. 461–463). John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1002/jmv.25711>

Kemendes RI. (2020). KMK Nomor Hk.01.07/Mendes/328/2020 Tentang Panduan Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) Di Tempat Kerja. *Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2019*, 1–39.

Kemendes Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *PROVINSI SUMATERA BARAT*.

Kemendes Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Buku Panduan Adaptasi Kebiasaan Baru. *Kemendes Kesehatan RI*, 5. <https://visitingjogja.com/28304/pedoman-new-normal-wisata-diy/>

kurniawati, N. (n.d.). *Buku-Saku-Pembersihan-&-Sanitasi-TPP-Edisi-Khusus-Covid-19\_1588*.

Lecker, N. (n.d.). *Expert statement on coronavirus, from FEMS | Science/Business.* Retrieved July 4, 2022, from <https://sciencebusiness.net/network-updates/expert-statement-coronavirus-fems>

*Portal Intranet Kominfo - Inilah Lima Fase New Normal Bidang Perdagangan.* (n.d.). Retrieved July 4, 2022, from <https://portal.kominfo.go.id/berita/kini/4049>