

---

## Pemberdayaan Masyarakat Kampung Pelangi Melalui Pelatihan Langkah Cuci Tangan Pakai Sabun pada Ibu Rumah Tangga Di Kelurahan Guntung Paikat Kota Banjarbaru

Rudi Fakhriadi <sup>1\*</sup>, Dian Rosadi <sup>1</sup>, Noor Ahda Fadillah <sup>1</sup>, Hadrianti HD Lasari <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Departemen Epidemiologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat

<sup>2</sup> Departemen Biostatistik Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat

Correspondent Email: [rudifakhriadi@ulm.ac.id](mailto:rudifakhriadi@ulm.ac.id)

DOI: <https://doi.org/10.35914/jepkm.v3i1.98>

---

### Article History:

Received: 30-11-2023

Revised: 28-12-2023

Accepted: 31-01-2024

**Keywords:** Covid-19,  
Cuci Tangan, Sabun,  
Pelatihan

**Abstrak:** Kota Banjarbaru merupakan kota nomor dua dengan jumlah kasus terbanyak setelah Banjarmasin dengan jumlah kasus 4.411 dan kematian sebanyak 123 orang pada tahun 2021. Beberapa perilaku kesehatan yang dapat mengurangi kemungkinan terinfeksi virus COVID-19 adalah dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) salah satunya dengan menerapkan perilaku cuci tangan pakai sabun. Oleh karena itu, kegiatan pelatihan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu rumah tangga tentang PHBS khususnya praktik cuci tangan pakai sabun di tatanan rumah tangga. Metode Pelatihan yang digunakan menggunakan metode partisipatory aktif sehingga peserta bebas untuk mengemukakan pendapat dan bertanya serta praktik langsung langkah cuci tangan. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu rumah tangga di Kampung Pelangi Kelurahan Guntung Paikat Kota Banjarbaru berjumlah 30 orang. Kegiatan ini dibagi menjadi tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan peserta pelatihan sebelum dan sesudah pelatihan. Diharapkan pada kegiatan selanjutnya dapat melibatkan kelompok lain dalam rumah tangga seperti melibatkan kepala rumah.

**Abstract:** Banjarbaru City is the second city with the highest number of cases after Banjarmasin with 4,411 cases and 123 deaths in 2021. Several health behaviors that can reduce the possibility of being infected with the COVID-19 virus are implementing Clean and Healthy Living Behavior, one of which is by implementing the behavior of washing hands with soap. Therefore, training activities aim to increase the knowledge and behavior of housewives regarding PHBS, especially the practice of washing hands with soap in the household setting. The training method used uses an active participatory method so that participants are free to express opinions and ask questions and practice hand washing steps directly. The target of this activity is 30 housewives in Kampung Pelangi, Guntung Paikat Village, Banjarbaru City. This activity is divided into three stages, namely preparation, implementation and evaluation. The evaluation results showed that there was an increase in the knowledge of the training participants before and after the training. It is hoped that future activities can involve other groups in the household, such as involving the head of the house.

---

## Pendahuluan

Indonesia merupakan salah satu negara yang terdampak covid-19. Pada tanggal 08 April 2021 menurut data Kementerian Kesehatan RI telah terdapat 1.547.376 Kasus covid-19 dengan jumlah kematian 42.064 kematian. Kalimantan Selatan terdapat 29.177 kasus dengan jumlah kematian 855 kasus. Kota Banjarbaru merupakan kota nomor dua dengan jumlah kasus terbanyak setelah Banjarmasin dengan jumlah kasus 4.411 dan kematian sebanyak 123 orang (Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru 2021).

Menurut WHO beberapa perilaku kesehatan yang dapat mengurangi kemungkinan terinfeksi virus COVID-19 adalah dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Hotima, 2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku dengan tujuan membantu masyarakat agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan (Susantiningsih et al. 2019).

Salah satu bagian dari PHBS yang dapat membantu penularan virus Covid-19 adalah mencuci tangan memakai sabun sebelum dan sesudah melakukan suatu kegiatan. Menurut Data Studi Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, persentase anggota rumah tangga Indonesia yang mencuci tangan dengan benar adalah 49,8% (Kemenkes 2018). Mencuci tangan adalah proses yang secara mekanis melepaskan kotoran dari kulit tangan dengan menggunakan sabun dan air. Waktu yang tepat untuk melakukan cuci tangan antara lain setelah dari toilet, setelah memegang sayuran/daging mentah, sebelum makan dan setelah kontak dengan hewan peliharaan (Yanizon & Rofiqah, 2021). Mencuci tangan yang baik adalah dengan mengikuti 7 langkah membersihkan tangan sesuai prosedur yang benar untuk membunuh kuman penyebab penyakit (Bangun et al, 2020). Dengan mencuci tangan memakai sabun baik sebelum makan atau pun sebelum memulai pekerjaan, akan menjaga kesehatan tubuh dan mencegah penyebaran penyakit melalui kuman yang menempel di tangan (Sagita 2019).

Salah satu tempat yang dapat dijadikan objek dalam pemberdayaan masyarakat di Kota Banjarbaru adalah Kelurahan Guntung Paikat. Kelurahan Guntung Paikat terdiri dari 9.810 jiwa dengan 3622 KK serta kepadatan penduduk 4088/km sehingga wilayah kelurahan Guntung Paikat termasuk salah satu wilayah yang padat penduduk dan berpotensi terjadi penyebaran yang massif bagi virus Covid 19. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru Kelurahan Guntung Paikat Kota Banjarbaru termasuk 10 besar kelurahan dengan kasus terbanyak dengan jumlah kasus 128 kasus dan 13 kematian. Selain itu, kelurahan Guntung Paikat yang berdekatan dengan sungai juga berpotensi dalam penyebaran penyakit lain seperti Diare. Oleh karena itu, penerapan PHBS yang baik penting untuk diterapkan di daerah ini terutama di tatanan rumah tangga (Kelurahan Guntung Paikat 2020).

Penerapan PHBS pada tatanan rumah tangga merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. PHBS adalah semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan

kesehatan di masyarakat. Mencegah lebih baik daripada mengobati, prinsip kesehatan inilah yang menjadi dasar pelaksanaan Program PHBS (Nelwan et al, 2020).

Penerapan PHBS di lingkungan rumah tangga tidak terlepas dari peran orangtua, terutama ibu (Wahyuni et al, 2020). Ibu rumah tangga memiliki peran yang sangat besar dalam memberi contoh, teladan, pendidikan di suatu keluarga (Tumbage et al, 2017). Ibu juga lebih mendominasi dalam hal pengaturan menu makanan dan menjaga kebersihan rumah, termasuk didalam memberikan Pendidikan kesehatan di keluarga (Rayhana and Triana 2016). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sri Siswani dan Anggita Cahyani Rizky di Kelurahan Cijantung Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur tahun 2017 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu rumah tangga dengan terapan PHBS (Rayhana and Triana 2016). Penelitian lain menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap dengan penerapan PHBS pada tatanan rumah tangga di Wilayah Kerja Puskesmas Simeulue Timur. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ibu rumah tangga memiliki peranan penting dalam penerapan PHBS di tatanan rumah tangga. Sehingga pengetahuan dan sikap ibu yang baik terhadap PHBS dapat mempengaruhi penerapan PHBS di tatanan rumah tangga (Rayhana and Triana 2016).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dilakukan kegiatan penyuluhan/ promosi kesehatan tentang PHBS tatanan rumah tangga pada ibu rumah tangga dengan meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu rumah tangga tentang PHBS khususnya praktik cuci tangan pakai sabun di tatanan rumah tangga.

## Metode Pelaksanaan

Metode Pelatihan yang digunakan menggunakan metode partisipatory aktif sehingga peserta bebas untuk mengemukakan pendapat dan bertanya serta praktik langsung langkah cuci tangan. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu rumah tangga di Kampung Pelangi Kelurahan Guntung Paikat Kota Banjarbaru. Kegiatan pelatihan ini dilakukan pada tanggal 18 Maret 2023 di Kelurahan Guntung Paikat Kota Banjarbaru bertempat di Kampung Pelangi yaitu RT 03 RW 01.

Adapun tahapan pelaksanaan pelatihan dibagi menjadi 3 tahapan yaitu ;

### a. Persiapan

Persiapan yang dilakukan adalah melakukan perizinan dan diskusi terkait rencana kegiatan yang akan dilakukan. Kemudian mempersiapkan media yang digunakan seperti poster, leaflet, dan video yang memuat materi langkah mencuci tangan, serta sabun dan tempat penyimpanan air mengalir yang digunakan dalam kegiatan praktik mencuci tangan oleh peserta.

### b. Pelaksanaan

Pelatihan ini dilaksanakan dengan memperhatikan protocol kesehatan pencegahan covid-19. Adapun alur pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut ;

1. Perkenalan tim kepada peserta.
2. Pengisian *pre-test* oleh peserta.

3. Penyampaian materi terkait pentingnya praktik cuci tangan pakai sabun.
4. Praktik mandiri oleh peserta dengan menerapkan cara cuci tangan pakai sabun yang benar.
5. Pengisian *post-test* oleh peserta.

### **c. Evaluasi**

Monitoring dan evaluasi dari kegiatan ini adalah ;

1. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu rumah tangga Kelurahan Guntung Paikat terkait manfaat mencuci tangan pakai sabun sebesar 70 %.
2. Minimal 50% tempat-tempat umum di kelurahan Guntung Paikat menyediakan tempat cuci tangan sehingga harapannya dapat mencegah penularan covid-19 dan penyakit lainnya di Kelurahan Guntung Paikat. Serta diharapkan pula dapat meningkatkan ekonomi dan pariwisata di Kelurahan Guntung Paikat.

## **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pelatihan penerapan langkah cuci tangan pakai sabun pada ibu rumah tangga berlangsung dengan total peserta yang berpartisipasi sejumlah 30 orang ibu rumah tangga yang terbagi dalam 3 (tiga) kelompok dengan jumlah peserta 10 ibu per kelompok.

### **a. Persiapan**

Persiapan kegiatan ini dilakukan berupa menyiapkan media pelatihan poster, leaflet, dan video pembuatan yang berisikan cara cuci tangan pakai sabun yang benar. Selain itu alat dan bahan yang diperlukan untuk praktik cuci tangan seperti sabun dan tempat air mengalir.

Kegiatan ini dilakukan oleh 4 (empat) anggota tim pelaksana pengabdian yang dibantu oleh 3 mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran ULM dengan memperhatikan protokol kesehatan.

### **b. Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi 2 yaitu pemberian materi dan diskusi kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi penerapan cuci tangan pakai sabun.

#### **1. Pemberian Materi dan Diskusi**

Materi yang disampaikan yaitu materi mengenai cara cuci tangan pakai sabun. Materi disampaikan oleh tim yaitu Rudi Fakhriadi, SKM, M.Kes (Epid), Dian Rosadi, SKM, MPH, Noor Ahda Fadillah, SKM, M. Kes (Epid) dan Hadrianti H.D Lasari, SKM, MPH. pada penyampaian materi ini dibantu media poster dan video yang juga di upload di youtube dan dapat diakses oleh masyarakat umum.





Gambar 1. Pemberian Materi Manfaat Cuci Tangan Pakai Sabun



Gambar 2. Pemberian Materi Cara Cuci Tangan Pakai Sabun.

## 2. Demonstrasi atau Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun

Praktik langsung dilakukan di lapangan. Praktik dilakukan setelah peserta mendapatkan materi dan telah paham manfaat dan tata cara cuci tangan pakai sabun yang benar. Kemudian peserta secara mandiri praktik cuci tangan pakai sabun dibantu oleh tim pengabdian kepada masyarakat.

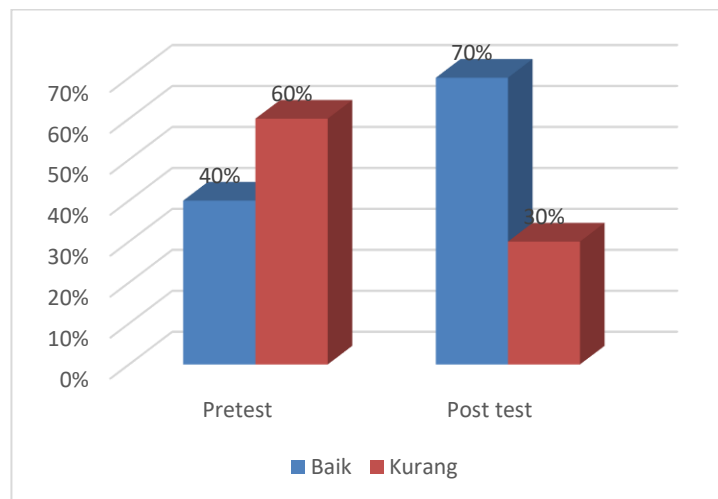


Gambar 3. Dokumentasi Pelatihan Cuci Tangan Pakai Sabun.

c. Evaluasi

Pada pelatihan ini dilakukan pengukuran pengetahuan tentang cara cuci tangan pakai sabun yang benar sebelum dan sesudah pelatihan dengan menggunakan kuesioner, berikut hasil pengukuran pengetahuan pada peserta pelatihan.

Berdasarkan hasil pengukuran pengetahuan pada para peserta pelatihan diketahui terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan, yaitu pengetahuan baik dari 40% menjadi 70%.



Gambar 3. Hasil pengukuran pengetahuan peserta pelatihan sebelum dan sesudah pelatihan

Hal ini membuktikan bahwa peserta pelatihan memahami tentang cara cuci tangan pakai sabun yang disampaikan oleh tim.

## Kesimpulan

Kesimpulan pada pengabdian ini adalah kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pelatihan cara cuci tangan pakai sabun pada ibu rumah tangga di Kelurahan Guntung Paikat Banjarbaru berjalan dengan baik dan terjadi peningkatan pengetahuan peserta pelatihan sebelum dan sesudah pelatihan. Diharapkan pada kegiatan selanjutnya dapat melibatkan kelompok lain dalam rumah tangga seperti melibatkan kepala rumah tangga dan menggunakan media tambahan seperti buku saku lengkap demi mewujudkan penerapan PHBS yang menyeluruh.

## Ucapan Terima Kasih

Kegiatan ini dibiayai oleh Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, tim pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih atas pendanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## Daftar Pustaka

- Bangun, H. A., Sinaga, L. R. V., Manurung, J., Asnawati, S., & Siregar, R. N. (2020). Sosialisasi cuci tangan pakai sabun di PAUD dan Taman Kanak Kanak Sekolah Sinar Mentari Desa Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(1), 59-68.
- Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru. (2021). *Data Surveilans Covid-19 Kota Banjarbaru Tanggal 08 April 2020*. Banjarbaru: Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru.
- Hotima, S. H. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat era new normal. *Majalah Ilmiah Pelita Ilmu*, 3(2), 188-205.
- Kelurahan Guntung Paikat. (2020). *Profil Kelurahan Guntung Paikat Tahun 2019*. Banjarbaru: Kelurahan Guntung Paikat.
- Kemendes. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta.
- Nelwan, J. E., Sumampouw, O. J., & Musa, E. C. (2020). Peningkatan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tatanan Rumah Tangga Dalam Upaya Pencegahan Corona Virus Disease 2019. *Jurnal Ilmiah Tatengkorang*, 4(2), 62-66.
- Rayhana, R., & Triana, R. A. (2017). Hubungan Karakteristik, Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Ibu Rumah Tangga di Kelurahan Kebalen Kecamatan Babelan Bekasi Utara Tahun 2016. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 12(2), 168-180.
- Sagita, R. W. (2019). Penyuluhan dan Manfaat Cuci Tangan bagi Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Ibtidaiyah (MI) Muhammadiyah Meger, Ceper, Klaten. *Indonesian Journal of Community Dedication*, 1(2), 22-24.
- Susantiningih, T., Yuliyanti, R., Simanjuntak, K., & Arfiyanti, A. (2018). PKM pelatihan mencuci tangan menggunakan sabun sebagai perilaku hidup bersih dan sehat untuk masyarakat RT 007/RW 007 Desa Pangkalan Jati, Kecamatan Cinere Kota Depok. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 1(2).

- Tumbage, S. M., Tasik, F. C., & Tumengkol, S. M. (2017). Peran ganda ibu rumah tangga dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga di desa allude kecamatan kolongan kabupaten talaud. *Acta Diurna Komunikasi*, 6(2).
- Wahyuni, I., Hasanah, U., Yanti, N., & Putra, I. D. (2020). Pemberdayaan Ibu Pasca Bersalin, Keluarga, tentang PHBS, Perawatan Ibu dan Bayi serta Pencegahan Penularan COVID-19. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 78-87.
- Yanizon, A., & Rofiqah, T. (2021). Pemberdayaan masyarakat dalam pembuatan alat cuci tangan otomatis dan hand sanitizer sebagai upaya pencegahan virus COVID-19 pada masa pandemi di kelurahan Bengkong Indah. *Minda Baharu*, 5(1), 1-9.