

MENJAGA KEBERSIHAN DENGAN MENGGUNAKAN SANITIZER DI LINGKUNGAN MASYARAKAT YAITU PADA ANAK -ANAK UNTUK TERHINDAR DARI COVID -19

**Bella Mutia Kasih¹, Sandy Kurniawan², Dwi Lestianingsih³,
Mega Apriliyani⁴, Lion Harianja⁵**

Universitas Pamulang
kurniawansandy351@gmail.com

ABSTRAK

Mencuci tangan adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan jari-jemari menggunakan air atau pun cairan lainnya oleh manusia dengan tujuan untuk menjadi bersih, sebagai ritual keagamaan, ataupun tujuan-tujuan lainnya. Antiseptik merupakan bahan kimia untuk mencegah multiplikasi mikroorganisme pada permukaan tubuh, dengan cara membunuh mikroorganisme tersebut atau menghambat pertumbuhan dan aktivitas metaboliknya. Hand sanitizer antiseptik yang sering digunakan adalah alkohol. Alkohol telah digunakan secara luas sebagai obat antiseptik kulit karena mempunyai efek menghambat pertumbuhan bakteri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas mencuci tangan menggunakan cairan pembersih tangan antiseptik (hand sanitizer) terhadap jumlah angka kuman.

Kata kunci: mencuci tangan, antiseptik, hand sanitizer,

ABSTRACT

Hand washing is one of the sanitation actions by washing fingers with water or other liquid for the purpose of getting clean, religious ceremony or others. Antiseptic was chemical substance to prevent multiplication of microorganism on the surface of body, by killing the microorganism or blocking the growth and activity of its metabolic. The commonly used antiseptic of hand sanitizer was alcohol; alcohol has been widely used as skin antiseptic because it had an effect of blocking the growth of germ. Hand sanitizer should be practical and portable so it could be an alternative substance to wash our hand. This study aimed at identifying the affectivity of hand washing with hand sanitizer to the amount of germ.

Keywords: hand washing, antiseptic, hand sanitizer,

PENDAHULUAN

Sehat merupakan karunia Tuhan yang perlu disyukuri, karena sehat merupakan hak asasi manusia yang harus dihargai. Sehat juga investasi untuk meningkatkan produktivitas kerja guna meningkatkan kesejahteraan keluarga. Dalam menjaga kesehatan tubuh, memelihara kebersihan tangan merupakan hal yang sangat penting. Dalam aktivitas sehari-hari tangan seringkali terkontaminasi dengan mikroba, sehingga tangan dapat menjadi perantara masuknya mikroba ke dalam tubuh. Salah satu cara yang paling sederhana dan paling umum dilakukan untuk menjaga kebersihan tangan adalah dengan mencuci tangan menggunakan sabun.

Cuci tangan pakai sabun yang dipraktikkan secara tepat dan benar merupakan cara termudah dan efektif untuk mencegah berjangkitnya penyakit seperti diare, kolera, ISPA, cacingan, flu, hepatitis A, dan bahkan flu burung. Mencuci tangan dengan air dan sabun dapat lebih efektif menghilangkan kotoran debu secara mekanis dari permukaan kulit dan secara bermakna mengurangi jumlah mikroorganisme penyebab penyakit seperti virus, bakteri dan parasit lainnya pada kedua tangan. Oleh karenanya, mencuci tangan dengan menggunakan air dan sabun dapat lebih efektif membersihkan kotoran dan telur cacing yang menempel pada permukaan kulit, kuku dan jari-jari pada kedua tangan. Seiring dengan bertambahnya kesibukan masyarakat terutama di perkotaan, dan banyaknya produk-produk instan yang serba cepat dan praktis, maka muncul produk inovasi pembersih tangan tanpa air yang dikenal dengan pembersih tangan antiseptik atau hand sanitizer. Produk hand sanitizer ini mengandung antiseptik yang digunakan untuk membunuh kuman yang ada di tangan, yang terdiri dari alkohol dan triklosan. Jenis produk hand sanitizer inipun juga semakin beragam, baik komposisinya, zat pembawanya, serta telah dipasarkan produk-produk baru yang digunakan secara meluas di masyarakat.

Metode kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui jumlah mikroba yang ada pada suatu sampel, umumnya dikenal dengan angka lempeng total (ALT). Uji angka lempeng total (ALT) dan lebih tepatnya ALT aerob mesofil atau anaerob mesofil menggunakan media padat dengan hasil akhir berupa koloni yang dapat diamati secara visual berupa angka dalam koloni (CFU) per ml atau per gram atau koloni/100ml. Cara yang digunakan antara lain dengan cara tuang, cara tetes dan cara sebar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas mencuci tangan menggunakan cairan pembersih tangan antiseptik (hand sanitizer) terhadap jumlah angka kuman

LANDASAN TEORI

Pengertian Mencuci Tangan

Mencuci adalah salah satu cara menjaga kebersihan dengan memakai air dan sejenis sabun atau deterjen. Mencuci tangan dengan sabun atau menggunakan produk kebersihan tangan merupakan cara terbaik dalam mencegah penularan influenza dan batuk pilek dan covid 19.

Cara Menggunakan Hand Sanitizer dengan Benar

Ketika tahu bahwa hand sanitizer efektif untuk membasmi mikroorganisme berbahaya yang berpotensi masuk ke dalam tubuh melalui tangan, Anda pasti semakin yakin untuk menggunakannya sampai-sampai tak mau berpisah dengan produk ini apalagi jika harus keluar rumah. Meskipun membawanya kemana saja, produk kesehatan ini tak akan bisa melindungi Anda dengan maksimal dari infeksi virus, bakteri dan kuman jika Anda tidak menggunakannya dengan benar. Memang, Anda

tak perlu menuangkan gel atau cairan pembersih tangan ini dalam jumlah banyak untuk sekali pemakaian karena hanya dengan satu tetes saja sebenarnya cukup untuk membunuh segala kuman jahat. Hal yang perlu Anda tahu adalah langkah-langkah penggunaannya.

Menurut CDC yang berbasis di Amerika Serikat, penggunaan hand sanitizer akan efektif jika dituangkan ke salah satu telapak tangan dan kemudian langsung menggosoknya bersama-sama hingga menjangkau sela-sela jari. Detail inilah yang sering dilupakan bahwa sela-sela jari bisa menjadi tempat yang strategis bagi kuman dan bakteri untuk berkembang biak karena tak selalu dijangkau ketika sedang membersihkan tangan. Dengan kata lain, jangan biarkan ada bagian tangan yang kering tanpa tersapu gel atau cairan pembersih tangan.

Untuk memaksimalkan kebersihan tangan, Anda juga bisa mengusapnya dengan tisu basah antibakteri terlebih dahulu sebagai ‘ritual’ pembuka sebelum menggunakan hand sanitizer mengingat tangan yang terlampau kotor tak bisa ditangani oleh cairan pembersih tangan. Jadi, tak ada salahnya Anda punya satu pouch khusus yang berisi segala kebutuhan kebersihan diri yang bisa dibawa di dalam tas, mulai dari tisu kering, tisu basah hingga gel pembersih tangan yang ternyata bekerja saling melengkapi untuk menjaga tangan tetap steril ketika berada di tempat terbuka.

Tips Memilih Hand Sanitizer

Sekarang Anda sudah tahu dengan detail bagaimana cara menggunakan hand sanitizer yang baik dan benar agar bekerja maksimal melindungi Anda dari kuman dan bakteri penyebab pelbagai penyakit. Pertanyaan selanjutnya adalah apakah Anda sudah memilih hand sanitizer tersebut dengan cermat? Nah, untuk yang satu ini memang sedikit tricky alias bisa menjebak mengingat semakin hari, produsen hand sanitizer semakin banyak. Dan bukan hanya pabrik farmasi berlisensi saja yang membuatnya, industri rumahan yang awam masalah senyawa kimia juga mengadu peruntungan dengan membuat ramuan cairan pembersih tangan di masa pandemi ini.

Bukan berarti hand sanitizer tanpa merek itu berkualitas rendah, namun sebagai konsumen yang pintar dan peduli pada kesehatan dan keamanan diri sudah selayaknya Anda selektif dalam memilih. Dan hal pertama yang wajib Anda perhatikan adalah kandungan alkoholnya yang menjadi bagian utama dalam membasmi mikroorganisme. Hand sanitizer yang efektif membunuh kuman dan bakteri memiliki kandungan alkohol setidaknya 70% hingga 85% sebagai batas atasnya. Jika kebetulan Anda menemukan hand sanitizer dengan harga terjangkau namun kandungan alkoholnya di bawah batas minimum, lebih baik Anda memilih yang lain.

Yang kedua adalah kandungan pelembab alami. Tidak bisa dipungkiri bahwa semakin tinggi kandungan alkohol dalam cairan pembersih tangan, semakin kering pula permukaan tangan setelah

menggunakannya yang menjadi sisi negatif yang sebetulnya bisa dinetralisir dengan kandungan pelembab alami seperti Aloe vera alias lidah buaya. Dengan demikian, kuman cepat mati dan tangan tetap terjaga kelembutannya.

Yang terakhir adalah kandungan pengawet alami. Diakui atau tidak, Anda akan merasa senang bila pembersih tangan yang digunakan meninggalkan wangi lembut yang membuat makin percaya diri terutama ketika harus bertemu rekan kerja atau keluarga. Jika ingin memilih hand sanitizer dengan aroma wangi, pastikan bahan parfum yang digunakan berasal dari alam misalnya ekstrak lemon atau minyak esensial yang aman bagi kulit.

Pada titik ini Anda sudah mendapatkan banyak informasi seputar penggunaan hand sanitizer berikut tips untuk mendapatkan produk yang sehat dan aman bagi kulit tangan. Satu hal yang perlu diingat adalah meskipun efektif membunuh kuman dan bakteri yang menempel di tangan, saat berada di rumah Anda disarankan untuk rajin mencuci tangan dengan sabun dan bukan hanya dengan cairan pembersih. Dengan kata lain, ketika Anda bisa dengan mudah menemukan air mengalir dan tidak dalam kondisi yang menyulitkan untuk mencuci tangan maka pastikan tangan terbasuh dengan sempurna. Berikut ini adalah informasi penting dan menarik seputar kebiasaan mencuci tangan.

Fakta Menarik Seputar Mencuci Tangan

Sehabis keluar rumah, paling nyaman duduk santai di sofa yang empuk. Eits, jangan lupa untuk segera cuci tangan dengan sabun supaya debu, kotoran dan kuman jahat musnah dan tidak membahayakan kesehatan. Dan jangan malas melakukannya ya, karena ternyata mencuci tangan menggunakan sabun di bawah air mengalir memberikan beberapa kelebihan yang menjadi fakta menarik untuk disimak.

Pertama, air mengalir dan juga sabun bisa membersihkan kotoran yang bahkan menempel kuat di permukaan tangan sehingga setelah mencuci tangan dijamin kulit tangan akan bersih kesat. Kedua, mencuci tangan dengan sabun membantu menjaga kelembaban kulit tangan. Seperti yang Anda tahu, molekul air punya keistimewaan dapat menghidrasi sel kulit sekaligus mengecilkan pori-pori sehingga jangan heran bila tangan terasa lembut dan lembab jika sering mencuci tangan. Ditambah lagi dengan penggunaan hand wash yang mengandung moisturizer, kulit tangan tentu jadi lebih mulus. Ketiga, rajin mencuci tangan di bawah air mengalir memberikan kesegaran luar biasa terutama ketika Anda habis berkegiatan di luar ruangan. Tangan yang terasa lengket karena debu atau keringat menambah rasa penat yang dirasakan, dan mencuci tangan dengan air dan sabun akan mengangkat itu semua sehingga terasa segar dan mood-pun jadi bagus. Tak percaya? Coba lakukan dan buktikan sendiri.

Aturan Mencuci Tangan yang Wajib Dipatuhi

Seperti halnya menggunakan hand sanitizer, membersihkan tangan dengan cara mencucinya di bawah air mengalir dengan sabun juga memiliki aturan yang harus dipatuhi agar tangan benar-benar steril. Pertama, basahi kedua tangan dan gunakan sabun. Kedua, tangkutkan kedua telapak tangan dan gosokkan sabun yang telah dituangkan kemudian letakkan telapak tangan kanan di atas punggung tangan kiri dengan jari yang terjalin dan ulangi untuk sebaliknya.

Selanjutnya, letakkan telapak tangan kanan ke telapak tangan kiri dengan jari saling terkait; tangan kanan dan kiri saling menggenggam dan jari bertautan agar sabun mengenai kuku dan pangkal jari. Jangan lupa untuk menggosokkan jari-jari tangan kanan yang tergenggam di telapak tangan kiri dan sebaliknya. Dan yang terakhir bilas tangan hingga kesat lalu keringkan dengan handuk atau kain bersih. Ingat, jangan pernah mengeringkan tangan dengan baju yang sedang dikenakan karena akan menjadikan tangan terkontaminasi debu dan kuman lagi.

Tujuan Mencuci Tangan Dengan Pakai Sanitizer

Menjaga kebersihan tangan menggunakan hand sanitizer dan juga mencuci tangan sebenarnya bukan hal yang sulit untuk dilakukan. Yang perlu diperjuangkan adalah niat, komitmen dan kedisiplinan diri agar tak merasa malas atau jenuh melakukan kebiasaan sehat tersebut setiap hari bahkan ketika pandemi berakhir suatu saat nanti. Ingat, kesehatan Anda sejatinya bukan hanya milik diri sendiri namun juga orang lain di sekitar Anda jadi jangan enggan menerapkan pola.

Cara terbaik untuk menghindari penyakit infeksi Covid-19 adalah melakukan tindakan pencegahan secara aktif. CDC menyarankan setiap orang melakukan tindakan seperti:

Rutin mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir selama setidaknya 20 detik.

Apabila tidak memungkinkan atau tidak tersedia air dan sabun, bersihkan tangan menggunakan pembersih tangan berbahan alkohol

Hindari menyentuh hidung, mata, atau mulut terutama bila tangan masih kotor

Hindari kontak dengan orang yang sedang sakit

Tetaplah di rumah bila sedang sakit

Tutup mulut dengan tisu atau dengan menekuk siku saat Anda batuk atau bersin

Hindari kontak dengan hewan ternak secara langsung

Hindari bepergian, terutama ke daerah dengan kasus infeksi Covid-19

Hindari mengonsumsi daging yang belum matang sempurna.

Menjaga nutrisi dengan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang, minum air putih dalam jumlah cukup, dan istirahat cukup juga dapat membantu menjaga kondisi tubuh agar tetap bugar dan terhindar dari infeksi Covid-19.

Kasus virus corona di Indonesia sudah tembus ke level satu juta. Meskipun sejak awal bulan ini pemerintah sudah menerapkan pemberlakuan kegiatan masyarakat (PPKM) Jawa-Bali, namun kasus per hari masih melonjak.

METODE

Perencanaan Program PKM kelompok kami ini agar berjalan dengan lancar, maka di perlukan perencanaan secara tepat di antaranya menyusun jurnal kegiatan PKM ini dalam membahas menjaga kebersihan tangan dengan menggunakan Sanitizer, mengetahui manfaat yang ada jika para pemuda ikut kegiatan PKM ini dan analisis keaktifan mereka untuk kemajuan kegiatan kemasyarakatan, mengamati pentingnya mengadakan program PKM ini, untuk menyusun waktu pelaksanaan kegiatan, meminta izin kepada pihak yang berwenang dengan menghubungi ketua Yayasan pengurus rumah Cerdas Indonesia yang telah bersedia mengizinkan untuk kami melaksanakan kegiatan PKM ini, mempersiapkan materi dalam memberikan sosialisasi mempersiapkan .

Waktu dan Tempat

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 07 Maret 2021, Di Rumah Cerdas Indonesia . Jl. Villa Pamulang Blok CF3 No.2, Pd. Benda, Kec. Pamulang, Kota Tangerang Selatan, Banten 15416. Dengan pelaksanaannya secara offline tatap muka langsung dengan menjaga protokol kesehatan.

 **PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT** 
"TEMA"
MENJAGA KEBERSIHAN DENGAN MENGGUNAKAN SANITIZER DI LINGKUNGAN MASYARAKAT YAITU PADA ANAK-ANAK UNTUK TERHINDAR DARI COVID-19
(DIYAYASAN RUMAH CERDAS INDONESIA)
MINGGU, 07 MARET 2021
JL. VILLA PAMULANG BLOK CF3 NO.2, PD. BENDA, KEC. PAMULANG, KOTA TANGERANG SELATAN, BANTEN 15416

Gambar 1. Banner



Gambar 2. Sedang menjelaskan materi .



Gambar 3. foto bersama pengurus yayasan, usai selesai PKM



Gambar 4. . Penyerahan sertifikat kepada pengurus yayasan rumah cerdas Indonesia

KESIMPULAN

Sehat merupakan karunia Tuhan yang perlu disyukuri, karena sehat merupakan hak asasi manusia yang harus dihargai. Sehat juga investasi untuk meningkatkan produktivitas kerja guna meningkatkan kesejahteraan keluarga. Dalam menjaga kesehatan tubuh, memelihara kebersihan tangan merupakan hal yang sangat penting. Dalam aktivitas sehari-hari tangan seringkali terkontaminasi dengan mikroba, sehingga tangan dapat menjadi perantara masuknya mikroba ke dalam tubuh. Salah satu cara yang paling sederhana dan paling umum dilakukan untuk menjaga kebersihan tangan adalah dengan mencuci tangan menggunakan sabun. kemudian

Cuci tangan pakai sabun yang dipraktikkan secara tepat dan benar merupakan cara termudah dan efektif untuk mencegah berjangkitnya penyakit seperti diare, kolera, ISPA, cacingan, flu, hepatitis A, dan bahkan flu burung. Mencuci tangan dengan air dan sabun dapat lebih efektif menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan secara bermakna mengurangi jumlah mikroorganisme penyebab penyakit seperti virus, bakteri dan parasit lainnya pada kedua tangan. Oleh karenanya, mencuci tangan dengan menggunakan air dan sabun dapat lebih efektif membersihkan

kotoran dan telur cacing yang menempel pada permukaan kulit, kuku dan jari-jari pada kedua tangan. Seiring dengan bertambahnya kesibukan masyarakat terutama di perkotaan, dan banyaknya produk-produk instan yang serba cepat dan praktis, maka muncul produk inovasi pembersih tangan tanpa air yang dikenal dengan pembersih tangan antiseptik atau hand sanitizer. Produk hand sanitizer ini mengandung antiseptik yang digunakan untuk membunuh kuman yang ada di tangan, yang terdiri dari alkohol dan triklosan. Jenis produk hand sanitizer inipun juga semakin beragam, baik komposisinya, zat pembawanya, serta telah dipasarkan produk-produk baru yang digunakan secara meluas.

Hasil dari Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu para peserta khususnya untuk anak-anak untuk menjaga kebersihan tangan, dan memahami serta mendapatkan ide, saran, dan strategi mengenai cara membuat anak-anak disekitar bisa patuh dan taat terhadap protokol kesehatan dan mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan bersih serta memutus tali rantai penyebaran virus Covid-19

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih atas terlaksananya kegiatan pengabdian ini disampaikan kepada:
Universitas Pamulang.

1. Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Pamulang.
2. Kepala Program Studi Manajemen yang telah memberikan persetujuan dan motivasi dalam terlaksananya kegiatan ini.
3. Hestu Nugroho Warasto selaku dosen pembimbing dalam program PKM mahasiswa.
4. Ketua dan Pengurus Yayasan Rumah Cerdas Indonesia
5. Rekan-rekan mahasiswa Universitas Pamulang Berbagai pihak yang membantu dalam terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- <https://duta.co/penting-gunakan-hand-sanitizer-dengan-benar-agar-tangan-bebas-kuman> Effendi,
Onong, U. 2002. *Dinamika Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
Jalaluddin, Rahmat. 2001. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
Sugiyono. 2003. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabet.
Isnaw, R.P., Anggraini, D., Restuastuti, T., Daya Anti Bakteri Cairan Pencuci Tangan Formula World Health Organization (WHO) yang Langsung Digunakan dan yang Digunakan 40 Hari Setelah Produksi,
<http://repository.unri.ac.id/bitstream/123456789/2221/1/Artikel%20publikasi%20Rahi%20Putri%20Is>
-

naw%200908113617.pdf, diakses tanggal 15 Juli 2013, Yogyakarta. 2012.

Radji, M., Suryadi, H., Ariyanti, D., Uji Efektivitas Antimikroba Beberapa Merek Dagang Pembersih Tangan Antiseptik, *Majalah Ilmu Kefarmasian*, 4(1), 1-6, Departemen Farmasi FMIPA-UI, Depok. 2007.

Rachmayanti, Penggunaan Media Panggung Boneka dalam Pendidikan Personal Hygiene Cuci Tangan Menggunakan Sabun di Air Mengalir, *Jurnal Promosi Kesehatan*, 1(1), 1-13, Universitas Pamulang 2021.

BPOM, Pengujian Mikrobiologi tangan, <http://perpustakaan.pom.go.id> /KoleksiLainnya /InfoPOM /0207. pdf, diakses tanggal 15 Juli 2013, Yogyakarta. 2007.

Winarno, W., Dani, Hidayat, M., Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pekerja Rumah Makan “X” di Kota Bandung Tentang Cuci Tangan Versi WHO Terkini 2012, <http://repository.maranatha.edu/2664/>, diakses 10 Juli 2013, Yogyakarta, 2013.

Loho, T., Utami, L., Efectivity Test of Antiseptic Solution 17o Triclosan Against Staphylococccum aureus, Escherichia coli, Enterococcus faecalis, and Pseudomonas aeruginosa, *Majalah Kedokteran Indonesia*, 57(6), 175-178, Departemen Patologi Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta. 2007.

Boyce, J.M., Pittet, D., Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee,