

SOSIALISASI PENTINGNYA HIDUP SEHAT DAN PEMBAGIAN HAND SANITIZER

¹⁾ Nur Hamzah*, ²⁾ Ridho Solehurrahman, ³⁾ Muhammad Arief Islamy, ⁴⁾ Yusril Ismail S.Z,
⁵⁾ Destiara Rizky R, ⁶⁾ Mutiara Widdi A, ⁷⁾ Dewinta Amelia A.S, ⁸⁾ Novia Gabrelia

¹⁾ Program Studi Matematika, FMIPA, Universitas Lampung

^{2,3,6)} Program Studi Ilmu Komputer, FMIPA, Universitas Lampung

⁴⁾ Program Studi Pend. Ekonomi, FKIP, Universitas Lampung

^{5,8)} Program Studi Teknik Informatika, Fakultas Teknik, Universitas Lampung

⁷⁾ Program Studi Hubungan Internasional. FISIP, Universitas Lampung

⁸⁾ Program Studi Teknik Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Lampung

*Koresponden Email: hamzahnur6@gmail.com

Submitted: 13-11-23

Revised: 20-11-23

Accepted: 27-11-23

Abstrak

Hand sanitizer adalah bahan antiseptik berupa gel yang digunakan masyarakat untuk mencuci tangan yang praktis. Penggunaan hand sanitizer lebih efektif dan efisien bila dibanding dengan menggunakan sabun dan air sehingga masyarakat banyak yang tertarik menggunakannya. Pada masa Covid-19 penggunaan hand sanitizer digunakan untuk membersihkan tangan. Meskipun hand sanitizer memiliki kegunaan dan kelebihan yang sangat banyak tetapi masih perlu adanya kegiatan yang dapat mengedukasi masyarakat akan pentingnya menjaga perilaku hidup sehat. Tujuan dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengedukasi masyarakat akan pentingnya hidup bersih dan sehat guna menghindari penyebaran penyakit yang salah satunya dengan cara mengedukasi penggunaan hand sanitizer. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Kelurahan Sukadanaham Kecamatan Rancasari Kota Bandar Lampung oleh dosen Universitas Lampung. Adapun metode kegiatan ini dilakukan beberapa tahap. Tahap pertama yaitu Sosialisasi hidup sehat dan tahap kedua adalah membagikan dan menempatkan hand sanitizer pada warga. Hand sanitizer ditempatkan di titik-titik yang sering dilewati oleh warga atau tempat berkumpul warga sehingga warga dapat mengambilnya dengan mudah namun terkontrol. Titik-tersebut diantaranya di Kantor Kelurahan Sukadana Ham, di Masjid Ar-Raudhoh, dan di Posyandu Mawar Sukadana Ham. Kegiatan ini telah terlaksana dengan baik dan masyarakat telah teredukasi akan pentingnya hidup bersih dan sehat guna menghindari penyebaran penyakit sejak dini.

Kata kunci : Handsanitizer, Sehat, Hidup Sehat

Abstract

Hand sanitizer is an antiseptic material in the form of a gel that people use for practical hand washing. Using hand sanitizer is more effective and efficient compared to using soap and water, so many people are interested in using it. After the Covid-19 period has passed, hand sanitizer is still used to clean hands. Even though hand sanitizers have many uses and advantages, there is still a need for activities that can educate people about the importance of maintaining healthy lifestyle habits. The aim of carrying out this community service activity is to educate the public about the importance of clean and healthy living in order to avoid the spread of disease, one of which is by educating them about the use of hand sanitizer. This community service activity was carried out in Sukadanaham Village, Rancasari District, Bandar Lampung City by lecturers from the University of Lampung. The method of this activity is carried out in several stages. The first

stage is promoting healthy living and the second stage is distributing and placing hand sanitizers among residents. Hand sanitizer is placed at points frequently passed by residents or where residents gather so that residents can take it easily but in a controlled manner. These points include the Sukadana Ham Subdistrict Office, the Ar-Raudhoh Mosque, and the Posyandu Mawar Sukadana Ham. This activity has been carried out well and the public has been educated about the importance of living clean and healthy to avoid the spread of disease from an early age.

Keywords: Hand sanitizer, Healthy, Healthy Life

1. PENDAHULUAN

Gaya hidup sehat yang selalu di gerakkan oleh pemerintah(Kemenkes, 2018), sangat penting karena memiliki dampak positif bagi kesehatan fisik, emosional, dan mental seseorang. Dampak yang baik ketika gaya hidup sehat dilakukan adalah mencegah penyakit, meningkatkan energi dan produktivitas, meningkatkan kualitas hidup, meningkatkan kesehatan mental dan emosional, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan harapan hidup. Hidup sehat bukanlah sekedar tren atau keinginan belaka, melainkan merupakan investasi jangka panjang bagi kualitas hidup yang lebih baik. Penting bagi setiap individu untuk mengadopsi gaya hidup sehat agar dapat mencapai kesehatan dan kebahagiaan yang optimal.

Wabah Covid-19 yang melanda Indonesia memberikan dampak yang signifikan terutama dampak pada kebiasaan masyarakat Indonesia. Beberapa dampak positif dari Covid-19 yang pernah melanda Indonesia, yaitu penggunaan masker, bekerja dari jarak jauh, penggunaan handsanitizer. Handsanitizer digunakan untuk mengatasi masalah ini pemerintah menghimbau masyarakat untuk bekerja dan sekolah dari rumah serta rajin mencuci tangan dengan sabun atau rajin menggunakan hand sanitizer untuk mencegah virus menempel pada tubuh yang kemungkinan berada di tangan seseorang (Diri, Terdek, Menanggulangi, & Pribadi, n.d.). Hand sanitizer ini sendiri sangat efektif digunakan ketika jauh dari tempat cuci tangan, ketika kesulitan mencari air bersih dan ketika saat bepergian. Atas dasar hal inilah maka penulis mengadakan edukasi penggunaan dan pembagian hand sanitizer bagi warga sekitar. Adapun sediaan hand sanitizer yang dibuat penulis adalah sediaan hand sanitizer formulasi WHO yang diinformasikan pada saat wabah ini mulai menyebar secara global.

Kegiatan ini menjadi salah satu wujud kegiatan pengabdian pada masyarakat. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat akan pentingnya hidup bersih dan sehat guna menghindari tertularnya penyakit yang salah satunya dengan cara mengedukasi penggunaan hand sanitizer. Kegiatan ini besar manfaatnya bagi masyarakat luas guna mengutamakan kewaspadaan dan salah satu upaya pencegahan dini terhadap penularan virus Covid-19.

2. METODE

Program yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sosialisasi dan edukasi dengan melakukan penyuluhan dan pelatihan melalui berbagai program utama dan pendukung selama pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata. Memberikan wawasan atau edukasi kepada masyarakat dalam kegiatan utama yaitu sosialisasi Pola Hidup Sehat, dengan cara, antara lain:

- a. Memberi Sosialisasi kepada masyarakat umum tentang Pola Hidup Sehat.

b. Pembagian masker dan Handsanitizer di tempat-tempat umum.

Selain kegiatan utama di atas, juga diberikan beberapa kegiatan pendukung kepada masyarakat seperti memberikan kegiatan belajar mengajar terhadap anak-anak Kelurahan Sukadana Ham yang disisipi dengan pengetahuan mengenai tatanan kehidupan Pola Hidup Sehat sehingga berbagai lapisan masyarakat dapat mengetahui serta mencegah penyebaran penyakit secara mandiri sehingga dapat terbentuk masyarakat yang sehat. Berikut beberapa kegiatan tambahan yang dilakukan, antara lain:

- i. PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat);
- ii. Sosialisasi kepada anak – anak tentang PHBS dan Cuci Tangan;
- iii. Demonstrasi cuci tangan kepada anak – anak; dan
- iv. GERMASHS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat).

3. HASIL DAN PELAKSANAAN KEGIATAN

Capaian Program Kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini yang utama adalah memberikan wawasan kepada masyarakat mengenai beberapa hal dalam menangani dan mencegah penyebaran penyakit sejak dini. Program telah dilakukan melalui sosialisasi dan pendampingan yang akan dijelaskan sebagai berikut:

1) Sosialisasi kepada masyarakat umum tentang Pola Hidup Sehat

Gaya hidup sehat adalah hal yang sangat penting untuk diadopsi oleh setiap individu dalam masyarakat. Dalam upaya meningkatkan kualitas hidup dan menjaga kesehatan kita, pemahaman tentang pentingnya kebersihan dan higienitas merupakan langkah awal yang sangat penting. Oleh karena itu, diadakan acara untuk memperkenalkan dan mengajak masyarakat di Desa Sukadana Ham untuk lebih menyadari kebersihan dengan menggunakan handsanitizer. Selain itu, sosialisasi dilakukan untuk mengajak masyarakat Desa Sukadana Ham untuk mengadopsi kebiasaan mencuci tangan dengan air dan sabun secara rutin sebagai langkah penting dalam menjaga kebersihan diri. Kemudian akan diberikan contoh-contoh praktis tentang teknik cuci tangan yang benar dan bagaimana memastikan tangan benar-benar bersih.

Adapun proses pelaksanaan Sosialisasi melalui beberapa tahapan sebagai berikut :

a. Persiapan

Pada tahap ini panitia yang terdiri dari mahasiswa KKN, Pemuda Karang Taruna, dan Masyarakat berkolaborasi mempersiapkan acara, baik itu mempersiapkan tempat maupun mengatur teknis acara Sosialisasi tersebut.



Gambar 1. Persiapan Kegiatan Sosialisasi..

b. Penyebaran Informasi

Setiap kegiatan seperti seminar ataupun sosialisasi akan disebut sukses jika peserta yang mengikuti kegiatan mencapai target, oleh karena itu tahap penyebaran informasi sangatlah penting agar peserta sosialisasi dari masyarakat dapat mencapai target. Proses ini dibantu oleh Pemuda Karang Taruna dengan bersama-sama menyebarkan poster maupun undangan kepada masyarakat Kelurahan Sukadana Ham.

c. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 31 Agustus 2021 di kantor Kelurahan Sukadana Ham. Sosialisasi pada kegiatan ini diisi oleh Dosen Universitas Lampung yang menerangkan tentang pentingnya pola hidup sehat saat pandemi Covid-19. Pada saat kegiatan dilakukan peserta sangat antusias mendengarkan, setelah selesai dijelaskan tentang materi Pola Hidup Sehat diadakan sesi diskusi sehingga wawasan masyarakat dapat bertambah luas lagi.

d. Evaluasi Kegiatan

Kegiatan berjalan dengan lancar tanpa adanya hambatan yang berarti. Adapun tindak lanjut dari kegiatan ini agar masyarakat selalu mengingat dan melaksanakan Pola Hidup Sehat, salah satunya adalah pemasangan banner di tempat-tempat umum, pengontrolan oleh perangkat desa ditempat-tempat umum agar menghimbau masyarakat untuk selalu menggunakan masker dan handsanitizer.

2) Pembagian Masker dan Pemasangan Handsanitizer

Masker sangat efektif untuk mencegah kuman maupun virus masuk melalui hidung atau mulut, serta mampu menekan penyebaran penyakit yang dapat menyebar melalui kontak cairan hidung dan mulut. Adapun handsanitizer merupakan produk yang sangat efektif dalam mengeliminasi kuman dan bakteri dari kulit. Penggunaannya sangat praktis dan efisien, terutama di saat-saat ketika akses ke air dan sabun terbatas. Setelah diadakan sosialisasi Pola Hidup Sehat, diharapkan masyarakat dapat menggunakan informasi yang lengkap handsanitizer dan diamalkannya dalam kehidupan sehari-hari, seperti cara penggunaan yang benar, manfaatnya dalam mencegah penyakit, dan lain-lain.

Masker dan Hand sanitizer ini dikemas, disimpan di dalam kotak yang diletakan di titik tertentu di tempat umum dikarenakan menghindari adanya kontak langsung orang perorang dan mengindahkan aturan physical distancing dari pemerintah. Selain itu hand sanitizer juga disimpan di gerbang masuk Masjid Ar-Raudhoh, Kantor Kelurahan Sukadana Ham, dan di Posyandu Mawar



Gambar 2. *Hand Sanitizer* yang terpasang di tempat umum.

Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran pada masyarakat akan pentingnya menjaga kebersihan, salah satunya menjaga kebersihan tangan. Menimbulkan kesadaran dan kebiasaan membersihkan tangan adalah hal yang sangat penting agar tidak saling menularkan penyakit antar manusia satu dengan lainnya (Lestari, 2019). Tangan merupakan bagian tubuh yang paling mudah menjadi pembawa kuman karena tangan digunakan untuk berjabat tangan ataupun memegang barang sehingga tangan dapat dikatakan bagian tubuh yang paling mudah tercemar (Purwandari, Ardiana, & Wantiyah, 2013).

4. KESIMPULAN

Kegiatan ini telah terlaksana dan masyarakat telah teredukasi akan pentingnya hidup bersih dan sehat guna menghindari penyebaran virus dan penyakit yang salah satunya dengan penggunaan hand sanitizer. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Kelurahan Sukadana Ham Bandar Lampung oleh dosen Universitas Lampung. Adapun metode kegiatan ini dilakukan beberapa tahap. Tahap pertama yaitu pembuatan hand sanitizer secara mandiri dan tahap kedua adalah membagikan hand sanitizer pada warga. Hand sanitizer telah ditempatkan di titik-titik yang dilewati oleh warga sehingga warga dapat mengambilnya dengan mudah namun terkontrol. Kegiatan ini telah terlaksana dengan baik dan masyarakat telah teredukasi akan pentingnya hidup bersih dan sehat guna menghindari penyebaran virus dan penyakit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami sampaikan kepada Pihak Universitas Lampung, Panitia KKN (Kuliah Kerja Nyata), perangkat Kelurahan Sukadana Ham, dan segenap masyarakat Kelurahan Sukadana Ham.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Widyati. 2002. Sanitasi. Dalam Achmad, F. 2009. Kajian Sanitasi pada Industri Rumah Tangga. <http://repository.ipb.ac.id/Bab%20I/Pendahuluan%202009fac.pdf?5>.
- [2] B. Hermanto, Ed., *Pelatihan dan Pemberdayaan Business Graphic Design Dalam Rangka Peningkatan Keterampilan SDM di Era Digital Bagi Warga Purbolinggo Lampung Timur*, Lampung, Indoensia: BUGUH, 2023, vol. 3, pp: 85-91.
- [3] Desiyanto, F. A., & Djannah, S. N. (2013). Efektivitas Mencuci Tangan Menggunakan Cairan Pembersih Tangan Antiseptik (Hand Sanitizer) Terhadap Jumlah Angka Kuman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 7(2), 75–82. Y.
- [4] Medina-cÓrdoba, L. K., Valencia-mosquera, L. L., Tarazona-diaz, G. P., & Arias-palacios, J. D. C. (2018). Evaluation of the Efficacy of a Hydrogen Peroxide Disinfectant. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 10(10), 104.
- [5] Membuat Hand Sanitizer Sesuai dengan Standar WHO - Kompasiana. (n.d.).
- [6] Organization, W. H. (2020). Pertanyaan dan Jawaban Terkait COVID-19 untuk Publik. *Who.Int*, p.1.
- [7] Pickering, A. J., Davis, J., & Boehm, A. B. (2011). Efficacy of alcohol-based hand sanitizer on hands soiled with dirt and cooking oil. *Journal of Water and Health*, 9(3), 429–433.
- [8] Srikartika, P., Suharti, N., & Anas, E. (2016). Kemampuan Daya Hambat Bahan Aktif Beberapa Merek Dagang Hand sanitizer terhadap Pertumbuhan *Staphylococcus aureus*.
- [9] Yuniar, K. 2004. Kondisi Industri Rumah Tangga Pangan serta Aplikasi Penggunaan Pewarna dan Pengawet pada Mie Basah. (Skripsi). Fateta, IPB, Bogor.
- [10] Yuliarti, N. 2007. *Awas, Bahaya Di Balik Lezatnya Makanan*. Penerbit Andi, Yogyakarta