

EDUKASI PENTINGNYA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DENGAN CUCI TANGAN 6 LANGKAH DI RUANG RAWAT INAP MARWA

RSI ARAFAH JAMBI

Yusnilawati¹, Indah Mawarti¹, Syafira Nurliza Mahendra², Rts Netisa Martawinarti¹, Putri Irwanti sari¹, Rina Oktaria¹

¹Program Studi Keperawatan Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

²Jurusan Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Garuda Putih, Jambi, Indonesia

Corresponding Author : Yusnilawati@unja.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Salah satu aspek penting dari PHBS adalah mencuci tangan dengan sabun, yang telah terbukti menjadi cara yang efektif untuk mencegah berbagai penyakit infeksi. Di sektor kesehatan, mencuci tangan dengan sabun menjadi sangat krusial, terutama dalam mencegah infeksi nosokomial, yaitu infeksi yang terjadi di rumah sakit akibat penularan bakteri dan virus dari lingkungan rumah sakit yang tidak steril. Tenaga medis dan keluarga pasien memiliki peran besar dalam pencegahan infeksi ini. Namun, masih banyak keluarga pasien yang tidak memperhatikan kebersihan tangan saat mengunjungi ruang perawatan pasien.

Tujuan : Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman keluarga pasien terhadap pentingnya kebersihan tangan baik sebelum ataupun sesudah melakukan kegiatan selama pasien dan keluarga berada dalam ruang perawatan di rumah sakit.

Metode : Edukasi dilaksanakan melalui metode ceramah dan demonstrasi langsung di Ruang Rawat Inap Marwa RSI Arafah Jambi dengan partisipasi sebanyak 15 orang, dengan menggunakan leaf let dan lembar balik.

Hasil : Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai enam langkah cuci tangan sesuai standar WHO dan peningkatan pemahaman keluarga pasien mengenai faktor risiko jatuh pada pasien. Sebelum edukasi, hanya 6 dari 15 peserta (17,14%) yang memahami materi. Setelah edukasi, seluruh peserta (100%) menunjukkan pemahaman yang baik. Dengan demikian, terjadi peningkatan pemahaman sebesar 82,86%. Peserta juga aktif berdiskusi dan menunjukkan antusiasme tinggi dalam kegiatan. Dengan edukasi ini, diharapkan praktik kebersihan tangan dengan menggunakan 6 langkah dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, sehingga perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan cuci tangan melalui 6 langkah dapat terus diterapkan.

Kata kunci: Perilaku Hidup Berish Dan Sehat (Phbs) , Cuci Tangan 6 Langkah

EDUCATION ON THE IMPORTANCE OF CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIOR (PHBS) WITH 6-STEPS HAND WASHING IN THE MARWA INPATIENT ROOM

RSI ARAFAH JAMBI

Abstract

Background: One important aspect of PHBS is handwashing with soap, which has been proven to be an effective way to prevent various infectious diseases. In the healthcare sector, handwashing with soap is very crucial, especially in preventing nosocomial infections, namely infections that occur in hospitals due to the transmission of bacteria and viruses from the non-sterile hospital environment. Medical personnel and patients' families play a major role in preventing these infections. However, many patients' families still do not pay attention to hand hygiene when visiting patient treatment rooms.

Objective: This community service activity aims to increase the understanding of patient families regarding the importance of hand hygiene both before and after carrying out activities while the patient and family are in the treatment room at the hospital.

Objective: This community service activity aims to increase the understanding of patient families regarding the importance of hand hygiene both before and after carrying out activities while the patient and family are in the treatment room at the hospital.

Method: Education was carried out through lectures and direct demonstrations in the Marwa Inpatient Room, RSI Arafah Jambi with the participation of 15 people, using leaflets and flipcharts.

Results: *The results of the activity showed an increase in participants' understanding of the six steps of handwashing according to WHO standards and an increase in the understanding of patient families regarding risk factors for falls in patients. Before the education, only 6 out of 15 participants (17.14%) understood the material. After the education, all participants (100%) showed a good understanding. Thus, there was an increase in understanding of 82.86%. Participants also actively discussed and showed high enthusiasm in the activity. With this education, it is hoped that hand hygiene practices using 6 steps can be applied consistently in daily life, so that clean and healthy living behavior (PHBS) by washing hands through 6 steps can be continuously implemented.*

Keywords: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), 6-Step Hand Washing*

Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan langkah yang diambil oleh individu, keluarga, dan masyarakat dalam menjaga kesehatan dengan menjalankan pola hidup sehat. Salah satu aspek penting dari PHBS adalah mencuci tangan dengan sabun, yang telah terbukti menjadi cara yang efektif untuk mencegah berbagai penyakit infeksi. Mencuci tangan yang benar, terutama dengan menggunakan sabun, dapat mengurangi risiko penularan penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), dan infeksi nosokomial (infeksi yang didapat selama perawatan di rumah sakit)¹. Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 80% penyebaran penyakit infeksi dapat dicegah dengan mencuci tangan yang benar².

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI), meskipun kampanye mencuci tangan dengan sabun telah banyak dilakukan, namun masih terdapat masalah terkait rendahnya tingkat kepatuhan terhadap perilaku ini. baik di daerah pedesaan maupun perkotaan, masyarakat sering kali mengabaikan pentingnya mencuci tangan, baik sebelum makan maupun setelah melakukan aktivitas yang berpotensi menularkan kuman^{3,4}. Di Indonesia, peningkatan kesadaran

masyarakat tentang pentingnya mencuci tangan dengan sabun diharapkan dapat menurunkan angka kejadian penyakit menular.

Di sektor kesehatan, mencuci tangan dengan sabun menjadi sangat krusial, terutama dalam mencegah infeksi nosokomial, yaitu infeksi yang terjadi di rumah sakit akibat penularan bakteri dan virus dari lingkungan rumah sakit yang tidak steril. Tenaga medis dan keluarga pasien memiliki peran besar dalam pencegahan infeksi ini. Namun, masih banyak keluarga pasien yang tidak memperhatikan kebersihan tangan saat mengunjungi ruang perawatan pasien. Penelitian oleh Sartika et al. (2023) menunjukkan bahwa keluarga pasien yang tidak mencuci tangan dengan benar sebelum memasuki ruang rawat inap dapat meningkatkan risiko penyebaran infeksi di rumah sakit.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan kelompok selama hampir satu minggu pada keluarga pasien, baik yang mendampingi atau menjenguk pasien seringkali abai akan mencuci. Selain untuk mencegah penyebaran infeksi nosokomial yang terjadi di rumah sakit, maka tindakan mencuci tangan yang dilakukan pendamping atau kerabat yang menjenguk sangatlah menguntungkan mereka dari tertularnya berbagai macam penyakit yang tersebar diseluruh rumah sakit, khususnya di ruang Marwa Di RSI

Arafah Jambi. Di ruang Marwa juga sudah tersedia hand rub di setiap pintu ruang rawat inap. Hal ini juga berakibat pada indikator mutu rumah sakit yang salah satunya adalah kebersihan tangan. Fenomena ini membuat kelompok tertarik untuk melakukan edukasi kebersihan tangan kepada keluarga pasien yang berkunjung ke Rumah Sakit Islam Arafah Jambi di ruangan Marwa. Dengan memberikan edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan cuci tangan serta mendemonstrasikan 6 langkah cuci tangan, diharapkan tindakan tersebut bisa mengurangi resiko terjadinya penularan penyakit melalui tangan dengan mencuci bersih tangan.

Metode

Kegiatan penyuluhan mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dengan 6 langkah mencuci tangan dilaksanakan dengan pendekatan edukatif melalui metode ceramah dan demonstrasi mencuci tangan dengan 6 langkah secara langsung kepada pasien dan keluarga pasien di Ruang Perawatan Marwa, RSI Arafah, Kota Jambi. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 5 Mei 2025, pukul 09.00 WIB hingga selesai, dengan jumlah peserta 15 orang.

Penyuluhan disampaikan dengan menggunakan media leaflet dan lembar balik untuk mempermudah pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Kegiatan dimulai dengan tahap pembukaan, yang mencakup sambutan, pengenalan tim pelaksana, penjelasan tujuan penyuluhan, serta kontrak waktu. Kemudian dilanjutkan dengan inti kegiatan berupa pemaparan materi mengenai pengertian, tujuan, manfaat, dan waktu yang tepat untuk mencuci tangan serta mendemonstrasikan 6 enam langkah cara mencuci

tangan dengan menggunakan sabun.

Penyampaian dilakukan secara interaktif dengan diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan partisipasi peserta. Selanjutnya dilakukan evaluasi dengan memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan dari penyuluhan sebagai bentuk penguatan pemahaman materi dan juga tidak lupa untuk meminta keluarga pasien untuk mengulangi kembali bagaimana cara yang tepat mencuci tangan dengan menggunakan 6 langkah tersebut. Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dan salam penutup.



Gambar 1 : Penyampaian materi dan demonstrasi



Gambar 2 : Penyampaian materi dan demonstrasi



Gambar 3. Penyampaian Materi dan demonstrasi

Hasil dan Pembahasan

Secara keseluruhan, sasaran penyuluhan berhasil dicapai dengan baik. Seluruh peserta tidak hanya mengetahui tapi juga memahami tentang pentingnya menjaga kebersihan tangan sebagai upaya pencegahan infeksi. Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan wawancara langsung tentang isi materi yang telah disampaikan pemateri. Berdasarkan hasil evaluasi, sebagian besar peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman secara signifikan setelah mengikuti sesi penyuluhan, yang terlihat dari kemampuan peserta dalam menyebutkan kembali langkah-langkah dalam mencuci tangan dengan benar. Sebelum edukasi, hanya 6 dari 15 peserta (17,14%) yang memahami materi. Setelah edukasi, seluruh peserta (100%) menunjukkan pemahaman yang baik. Dengan demikian, terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman responden sebesar 82,86%. Hasil kegiatan penyuluhan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ramadha Alsa), pada hasil penelitian didapatkan hasil distribusi frekuensi pengetahuan dari 35 responden terjadi peningkatan pengetahuan sebelum intervensi yaitu 5.26 dan sesudah intervensi meningkat yaitu menjadi 8.20.

Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sesudah dilakukannya pemberian informasi kesehatan pada responden.

Hasil penelitian lain yang sejalan adalah hasil penelitian (Dhea Ayu Yusrifa) berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan di dapatkan hasil analisis statistika melalui uji Wilcoxon menghasilkan p -value sebesar $0.000(<0.05)$. Hal ini berarti secara statistika H_0 ditolak yang menyiratkan bahwa ada perbedaan signifikan pada pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan intervensi penelitian.

Menurut Notoatmodjo (2014), Pengetahuan yang dimiliki oleh manusia merupakan hasil upaya yang dilakukan oleh seseorang dalam mencari suatu pembenaran terhadap masalah yang sedang terjadi. Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu penglihatan. Pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Dan sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga

Terhadap penyuluhan yang telah diberikan kepada para responden diharapkan tidak hanya terjadi peningkatan pengetahuan dari informasi yang diperoleh namun juga responden dapat mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari terutama ketika berada dalam fasilitas pelayanan kesehatan untuk mencegah terjadinya penularan penyakit.

Peserta juga aktif berdiskusi dan menunjukkan antusiasme tinggi dalam kegiatan. Dengan edukasi ini, diharapkan praktik kebersihan tangan dengan menggunakan 6 langkah dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, sehingga perilaku hidup bersih dan sehat

(PHBS) dengan cuci tangan melalui 6 langkah dapat terus diterapkan. Pengetahuan tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar penting untuk diketahui oleh masyarakat karena ini bertujuan untuk mencegah penularan berbagai macam penyakit terutama penyakit menular yang berasal dari lingkungan. Semakin tinggi tingkat pengetahuan maka diharapkan semakin baik pula penerapannya yang akan dilakukan masyarakat dalam kehidupan sehari-hari

Selain peningkatan pengetahuan, ketercapaian sasaran juga tercermin dari partisipasi aktif peserta selama sesi berlangsung. Peserta terlihat antusias dalam mengikuti demonstrasi cuci tangan yang benar sesuai standar WHO pada pasien. Beberapa peserta juga mengajukan pertanyaan terkait situasi nyata yang mereka hadapi, sehingga memungkinkan terjadinya pertukaran informasi dan solusi yang aplikatif.

Pengetahuan kesehatan memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan derajat kesehatan. Dengan juga memiliki pemahaman yang baik tentang perilaku hidup bersih dan sehat dengan salah satunya mencuci tangan dengan 6 langkah tersebut, responden cenderung mengambil langkah yang pro aktif untuk melindungi kesehatan diri dan keluarga.

Dari hasil penyuluhan yang telah diberikan tentang edukasi pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan cuci tangan 6 langkah di Ruang Inap Marwa RSI Arafah Jambi, dapat dinyatakan bahwa selama kegiatan berlangsung peserta sangat antusias hal ini dapat dilihat dari banyaknya peserta yang bertanya dan memperhatikan penyuluhan yang disampaikan. Evaluasi dilakukan berdasarkan pengamatan,

wawancara serta tanya jawab selama kegiatan berlangsung.

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan Penyuluhan telah dilaksanakan sesuai dengan perencanaan. Adapun kesimpulan dari kegiatan Penyuluhan ini adalah sebagai berikut:

1. Upaya peningkatan pengetahuan keluarga dan pasien dilakukan melalui kegiatan penyuluhan kesehatan dengan metode edukatif dan partisipatif yang mencakup ceramah, demonstrasi, serta tanya jawab mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dengan 6 langkah mencuci tangan.
2. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, terlihat dari kemampuan peserta dalam mendemonstrasikan 6 langkah cuci tangan.

Diharapkan pihak rumah sakit, khususnya RSI Arafah Jambi, terus meningkatkan upaya promosi kesehatan kepada keluarga dan pasien, khususnya terkait dengan praktik kebersihan tangan.

Keluarga pasien sebagai bagian dari sistem pendukung perawatan diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, edukasi berkelanjutan sangat penting untuk memastikan keberlanjutan perilaku hidup bersih dan sehat demi mendukung peningkatan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dhea Ayu yusrifa. (2024). Pengaruh pendidikan Kesehatan Menggunakan Metoda demonstrasi Terhadap Pengetahuan, Sikap dan

- Keterampilan Cuci tangan pakai Sabun (CTPS) sebagai Upaya Pencegahan Diare siswa SDN 022 Balik Papan
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020).
Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019).
Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tatanan Rumah Sakit. Jakarta: Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.
- Notoatmodjo. (2014). Promosi Kesehatan dan Prilaku Kesehatan. Rineka Cipta
- Ramadhan, A. M (2020). Pengaruh Promosi Kesehatan Cuci Tangan pakai Sabun (CTPS) melalui media video terhadap pengetahuan dan sikap siswa/i Madrasah Ibtidaiyah negeri 2 Kota Bengkulu Tahun 2020
- Sartika, D., Pratama, R. F., & Wulandari, A. (2023).
Peran Keluarga Pasien dalam Pencegahan Infeksi Nosokomial di Rumah Sakit. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 15(2), 35–42.
- World Health Organization. (2018). *Hand Hygiene in Healthcare Settings*.