

Perilaku Pencegahan Covid-19 dan Pelatihan Pembuatan Sabun Cuci Tangan Cair (*Handsoap*) di Rumah Tangga

Yanna Wari Harahap¹, Hasni Yaturramadhan²

Ervina Silvia³, Ayu Afrida⁴, Riska Putriana Hasibuan⁵,

¹ Dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan

² Dosen Prodi Farmasi, Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan

^{3,4,5} Mahasiswa Fakultas Kesehatan, Universitas Aufa Royhan

*corresponden_author: yanna.wari@gmail.com

Abstrak

Covid-19 adalah penyakit yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 yang merupakan bagian dari tipe virus Corona. Upaya pencegahan penularan Covid-19 dengan mematuhi protokol kesehatan salah satunya dengan menerapkan perilaku cuci tangan pakai sabun. Penyediaan cuci tangan cair (*handsoap*) di rumah tangga jarang disediakan karena sabun cuci tangan cair memiliki harga jual yang lebih tinggi. Hal ini mengakibatkan banyak masyarakat yang tidak menyediakan sabun cuci tangan khusus pada saat pandemi ini. Jenis sabun dapat di bagi menjadi 2, yaitu sabun batang dan sabun cair. Kandungan di dalam sabun cair maupun sabun batang samasaja. Proses pembuatan sabun cair dengan menggunakan sabun batang ini bisa dikatakan mudah untuk dilakukan. Dalam proses pembuatannya, tidak memerlukan banyak bahan yang digunakan. Saat pandemik seperti ini, kita diharuskan untuk mencuci tangan dengan sabun untuk menjaga kesehatan. Manfaat dari mencuci tangan menggunakan sabun ialah agar terhindar dari berbagai macam kuman penyakit. Dengan membiasakan diri untuk mencuci tangan menggunakan sabun, kita akan menjaga kesehatan untuk diri sendiri dan orang lain.

Kata kunci: Sabun Cuci Tangan, Perilaku Cuci Tangan pakai Sabun, Corona Virus Disease

Abstract

Covid-19 is a disease caused by the SARS-CoV-2 virus which is part of the Corona virus type. Efforts to prevent the transmission of Covid-19 by complying health protocols, one of which implementing the behavior of washing hands with soap. Provision of liquid hand washing (handsoap) in households is rarely provided because the price of liquid hand washing soap is higher than others. This has resulted rarely people providing special hand washing soap during this pandemic. There are two types of soap, namely bar soap and liquid soap. The content in liquid soap or bar soap is same. The process of making liquid soap using bar soap can be said to be easy to do. In the manufacturing process, it doesn't require that many materials are used. During the pandemic, we are required to oblige our hands with soap to maintain health. The benefits of washing hands with are to avoid the various of germs. By getting used to using soap, we will maintain health for ourselves and others.

Keywords: Hand Washing Soap, Washing Hands with Soap Behavior, Corona Virus Disease

Pendahuluan

Covid-19 adalah penyakit yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 yang merupakan bagian dari tipe virus Corona. Virus ini bias menular jika kita kontak langsung dengan orang yang terinfeksi atau dengan yang cairan yang dikeluarkannya pada saat batuk dan bersin. Virus dapat berpindah ke tubuh bila menyentuh benda-benda yang telah terpapar oleh virus dan menginfeksi tubuh bila menyentuh mata, mulut dan hidung dengan tangan yang telah terkontaminasi (Kemenkes RI, 2020).

Pencegahan virus covid-19 saat ini dilakukan dengan perilaku hidup bersih dan sehat dengan perilaku taat protokol kesehatan seperti menggunakan masker, menjaga jarak dan menghindari keramaian, dan mencuci tangan pakai sabun. Tindakan cuci tangan pakai sabun terbukti efektif mencegah penularan virus corona karena tangan yang bersih setelah dicuci pakai sabun dapat mengurangi risiko masuknya virus kedalam tubuh (Kemenkes RI, 2020). Cuci tangan secara teratur dan menyeluruh dengan sabun dibawah air mengalir dengan 6 langkah dianjurkan oleh WHO karena dapat membunuh virus yang mungkin ada di tangan seperti virus corona (Covid-19). Praktik kebersihan diri baik dengan cuci tangan merupakan langkah awal pencegahan penularan virus 2019-ncov dan telah terbukti menjadi salah satu langkah pencegahan penyakit menular yang murah dan terjangkau (Sinaga, dkk., 2020)

Sabun adalah bahan yang berasal dari minyak alami atau lemak bereaksi dengan soda kaustik dalam prosesnya dikenal sebagai reaksi penyabunan atau saponifikasi (Head, S.W. 1998). Kebutuhan sabun yang dipakai setiap harinya membutuhkan biaya (Amalia R., 2018) Proses pembuatan sabun sebenarnya tidak sesulit yang dibayangkan

Sabun cair pembersih tangan merupakan sabun untuk pembersih dibuat

menggunakan proses saponifikasi menggunakan penambahan zat lain ataupun tanpa penambahan zat lain yang tidak menimbulkan iritasi kulit tangan (Kusmayanti, H., 2018). Masyarakat modern sekarang ini biasanya lebih praktis menggunakan sabun cuci tangan cair dalam kemasan kecil yang mudah dibawa kemana-mana.

Masyarakat memiliki peran penting dalam memutus mata rantai penularan COVID-19 agar tidak menimbulkan sumber penularan baru/cluster pada tempat-tempat dimana terjadinya pergerakan orang, interaksi antar manusia dan berkumpulnya banyak orang. Masyarakat harus dapat beraktivitas kembali dalam situasi pandemi COVID-19 dengan beradaptasi pada kebiasaan baru yang lebih sehat, lebih bersih, dan lebih taat, yang dilaksanakan oleh seluruh komponen yang ada di masyarakat serta memberdayakan semua sumber daya yang ada. Peran masyarakat untuk dapat memutus mata rantai penularan COVID-19 (risiko tertular dan menularkan) harus dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan.

Di masa pandemi saat ini, kita mengalami banyak sekali kerugian. Salah satu dampaknya terjadi di faktor perekonomian. Perekonomian masyarakat saat ini mengalami penurunan. Oleh karena itu, memanfaatkan bahan yang tersedia di rumah sangat diperlukan apabila bahan tersebut bisa diperjualbelikan untuk meningkatkan perekonomian masyarakat. Saat pandemi seperti ini kita bisa saja menggunakan bahan-bahan yang terdapat di rumah untuk menghasilkan suatu produk. Dengan memanfaatkan bahan yang terdapat di rumah, kita bisa saja menambah kreatifitas seseorang.

Sabun merupakan bahan yang dapat mengemulsi air dan minyak. Penggunaan sabun efektif mengangkat kotoran yang menempel pada permukaan kulit, baik yang larut dalam air maupun dalam lemak. Sabun antiseptik memiliki bahan aktif antibakteri untuk

menghambat sampai menghentikan pertumbuhan bakteri (Deiner, 2008). Banyak produk sabun antiseptik yang menggunakan bahan aktif kimia sintesis tetapi memiliki beberapa efek samping. Penggunaan sabun cuci tangan (*hand wash*) yang berulang-ulang dapat menyebabkan iritasi kulit, kulit kering, ruam, dan resistensi bakteri (Patil dkk., 2015).

Penyediaan sabun cuci tangan dengan memanfaatkan bahan alam sebagai bahan aktif yang memiliki aktivitas baik sebagai bakteriostatik(menghambat pertumbuhan bakteri maupun bakterisid (membunuh bakteri) masih belum banyak dikembangkan. Salah satu bahan yang digunakan dalam pembuatan sabun cuci tangan (*handsoap*) ini berupa sabun padat yang sering kita gunakan dalam kehidupan kita sehari-hari. Selain sabun padat kita juga menggunakan bahan lainnyaberupa NaCl (garam) dapur yang sering kita gunakan dalam memasak sayur setiap hari . Karena kandungan NaCl tersebut bisa membuat sabun menjadi mengental bila di campurkan dengan sabun padat yang telah di parut tersebut.

Metode

Pelaksanaan pemberdayaan masyarakat siaga cegah Covid-19 dengan Pengolahan Sabun Batangan Mnejadi Sabun Cuci Tangan Cair (*Handshop*) di Rumah Tangga dilakukan pada Hari Kamis, 14 Januari 2021 di Kelurahan Padangmatinggi, Padangsidimpuan Selatan. Kegiatan dilakukan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Aufa Royhan yang berasal dari Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat dan Program Studi Farmasi, Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan. Lokasi pelaksanaan KKN yaitu Kelurahan Padangmatinggi Lestari yang terdiri dari tiga lingkungan dengan jumlah penduduk sebanyak 1.814 jiwa atau 605 Kepala Keluarga.

Teknis pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pendataan penduduk (usia, pekerjaan, tingkat pendidikan), mobilisasi penduduk, informasi

masyarakat positif Covid-19/menunjukkan gejala, perilaku pencegahan Covid-19, intervensi penerapan protokol kesehatan di Rumah Tangga. Informasi tersebut diperoleh melalui data primer yaitu melakukan pendataan secara langsung kepada masyarakat menggunakan kuisioner dan juga memanfaatkan data sekunder yaitu diperoleh dari kelurahan dan puskesmas.

Perilaku pencegahan Covid-19 tanyakan kepada masyarakat meliputi penggunaan masker, cuci tangan pakai sabun, dan menjaga jarak/mejauhi kerumunan. Intervensi penerapan protokol kesehatan di rumah tangga yaitu dengan menyediakan sabun cuci tangan dirumah yang dapat digunakan oleh anggota rumah tangga dan tamu yang datang dari luar rumah setelah beraktifitas seharian di luar rumah.

Pembuatan sabun cuci tangan batang menjadi sabun cuci tangan cair dilakukan dengan menggunakan bahan dan alat:

- Sabun batangan
- Parutan
- Air
- Botol
- Wadah/ Panci
- Kompor
- Pengaduk
- Garam

Hasil dan Pembahasan

Hasil pelaksanaan kegiatan KKN yang dilakukan oleh mahasiswa yaitu:

1. Pendataan penduduk berdasarkan umur

Tabel 1. Gambaran Usia penduduk menurut lingkungan

Usia	Lingk1		Lingk2		Lingk3		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
<15thn	378	34,2	77	26,0	75	24,5	530	31,0
15-49 thn	647	58,5	169	57,1	176	57,5	992	58,1
≥50thn	81	7,3	50	16,9	55	18,0	186	10,9
Total	1106		296		306		1708	

Gambaran hasil pendataan penduduk menunjukkan bahwa penduduk berusia produktif lebih dari 50%. Hal ini memberikan

gambaran bahwa masyarakat padangmatinggi merupakan masyarakat produktif yang mampu memiliki inovasi dan kemampuan untuk menerapkan perilaku pencegahan covid-19.

2. Perilaku pencegahan Covid-19 (3M)

Pengambilan data penduduk tentang perilaku pencegahan Covid-19 dilakukan pada sebagian masyarakat yang berusia 15-49 tahun sebanyak 70 masyarakat.

Tabel 2. Gambaran Perilaku Pencegahan Covid 19 pada Masyarakat

Perilaku masyarakat	Selalu		Kadang-kadang		Tidak Pernah		Total n
	n	%	n	%	n	%	
Menggunakan masker ketika beraktifitas diluar rumah dalam 1 minggu terakhir	43	61.4	24	34.3	3	4.3	70
Menjaga jarak dengan orang lain atau menghindari keramaian dalam 1 minggu terakhir	15	21.4	45	64.3	10	14.3	70
Mencuci tangan pakai sabun/ handasanitizer ketika selesai beraktifitas dari luar rumah dalam 1 minggu terakhir	5	7.1	60	85.7	5	7.1	70

Berdasarkan data tersebut ditemukan bahwa perilaku pencegahan covid-19 masyarakat padangmatinggi lestari menerapkan protokol kesehatan terlihat dari penggunaan masker lebih dari 60% selalu menggunakan ketika keluar rumah. Sedangkan perilaku menghindari keramaian diupayakan untuk dihindari meski masih banyak kadang-kadang masyarakat masih menghadiri keramaian. Begitupula dengan perilaku cuci tangan pakai sabun sudah ada yang menerapkan meski masih lebih banyak yang kadang-kadang mencuci tangan pakai sabun dan sebagainya tidak.

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat didorong oleh oleh pengetahuan, sikap, tindakan, dan tak luput dari ketersediaan fasilitas. Pada masa pandemic covid-19 ini masyarakat disarankan untuk lebih memerhatikan kebersihan tangan dengan mencuci tangan pakai sabun untuk mencegah penularan penyakit yang ditularkan oleh bakteri, virus dan jamur. Berdasarkan hasil survey terlihat bahwa masyarakat memang belum menyediakan secara khusus sabun untuk mencuci tangan pakai sabun di rumah. Faktor tersebut dapat diakibatkan karena penyediaan sabun cuci tangan cair (handsoap) memiliki harga jual yang tinggi dibandingkan dengan sabun batangan. Meski keunggulan sabun cair lebih mudah untuk digunakan karena bersifat cair dan mudah dibawa kemana-mana.

3. Ketersediaan sabun cuci tangan cair di Rumah Tangga



Gambar 1. Persentasi Masyarakat yang memiliki sabun cuci tangan (Handshoap)

4. Pembuatan sabun cuci tangan cair (Handsoap) di Rumah Tangga

Sabun cuci tangan cair (Handsoap) merupakan salah satu fasilitas yang diperlukan dalam penerapan protokol kesehatan. Ketersediaan sabun cuci tangan di Rumah tangga dapat diperoleh dengan harga yang relative murah dan mudah dibuat. Biaya sabun cuci tangan cair dipasaran relatif mahal sehingga masyarakat banyak yang tidak

menyediakan dirumah. Namun, untuk dirumah tangga sendiri sebenarnya dapat disediakan dengan proses pembuatan yang mudah dan murah serta menggunakan alat dan bahan yang sudah tersedia disetiap rumah. Berikut merupakan proses pembuatan sabun cuci tangan cair.

1. Parutlah sabun batangan yang sudah disediakan sesuai kebutuhan (1 batang)



2. Dididihkanlah air didalam panci sebanyak 3 liter dan masukkanlah hasil parutan 1buah sabun batang dan garam sebanyak 2 sdm ke dalam panci. Aduklah sampai sabun larut sekitar 15 menit.



3. Setelah larut, biarkan sampai dingin kemudian pidahkan kedalam botol.
4. Setelah semua cairan dimasukkan kedalam botol, diamkan selama 24 jam. Kemudian sabun cuci tangan cair sudah dapat digunakan.



Gambar 3. Produk Sabun Cuci Tangan Cair (Handsoap)

Kesimpulan

Perilaku pencegahan Covid-19 dengan mematuhi protokol kesehatan menggunakan masker, menjaga jarak dan mencuci tangan pakai sabun masuk pada kategori sedang, karena masih banyak masyarakat yang kadang-kadang patuh terhadap protokol tersebut. Ketersediaan khusus sabun cuci tangan di rumah tangga masih rendah. Hal ini dikarenakan biaya handsoap relatif mahal. Masyarakat tertarik untuk menghasilkan sabun cuci tangan dengan pengolahan yang mudan dan murah.

Ucapan terimakasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada kepala lurah dan perangkat lurah padangmatinggi yang sudah membantu dalam setiap kegiatan KKN yang kami lakukan dan memberikan tempat selama kegitan. Ucapan terimakasih juga kami ucapkan kepada ibu PKK setiap lingkungan yang turut dalam kegiatan KKN.

Daftar Pustaka

- Nikmatul Ikhrom Eka Jayani, Karini, Nurul Basirah. 2017. Formulasi Sediaan Sabun Cuci Tangan Ekstrak Daun Jeruk Nipis (*Citrus aurantifolia*) dan Efektivitasnya Sebagai Antiseptik. Surabaya
- Sinaga, dkk. 2020. Sosialisasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Di Desa Sawo Sebagai - Bentuk Kepedulian Terhadap Masyarakat Ditengah Mewabahnya Virus Covid-19. Jurnal Abdimas Mutiara: Volume 1, Nomor : 2, September 2020.
- Kemendes RI. 2020. Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun dalam https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Panduan_CT_PS2020_1636.pdf. Diakses pada 12 Maret 2021.

Head, S.W., Swetman, A.A. and Hammonds T.W., 1995, Small-scale vegetable oil extraction, p.80. NRI [Natural Resources Institute], Kent, United Kingdom.

Amalia R, Paramita V, Kusumayanti H, Wahyuningsih, Sembiring M. N, Rani D. E., 2018. Produksi Sabun Cuci Piring Sebagai Upaya Peningkatkan Efektivitas Dan Peluang Wirausaha, METANA, Juni 2018 Vol. 14(1):15-18. ISSN: 1858-2907 EISSN: 2549-9130

Kusmayanti, H. 2018. Pelatihan Dan Praktek Pembuatan Sabun Cuci Tangan Cair di PKK Tembalang Pesona Asri. Gema Teknologi Vol. 20 No. 1.