



LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

PENYULUHAN PENTINGNYA CUCI TANGAN DAN PAKAI MASKER DI SAAT PANDEMI COVID-19 LINGKUNGAN PENGAJIAN LEKAR AL-MUHAYA DEPOK

Oleh:

Dr. Sodikin, S.H., M.H., M.Si.

NIDN: 0310056801

Nia Dwi Lestari

NIM: 2017570042

**Dibiayai Oleh Fakultas Hukum
Universitas Muhammadiyah Jakarta**

**FAKULTAS HUKUM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
SEPTEMBER 2020**

HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN MASYARAKAT DOSEN FAKULTAS HUKUM UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA

Judul Penelitian : Penyuluhan Pentingnya Cuci Tangan Dan Pakai Masker Di Saat
Pandemi Covid-19 Lingkungan Pengajian Lekar Al-Muhaya Depok

Penyuluh,

Ketua:

- a. Nama Lengkap : Dr. Sodikin, S.H., M.H., M.Si.
- b. NID/NIDN : 20.421/0310056801
- c. Jabatan Fungsional : Lektor Kepala/IVA
- d. Jabatan Struktural : Dosen
- e. Program Studi : Ilmu Hukum/S1
- f. Nomor HP : 081313799927
- g. Email : sodikin.fh@umj.ac.id

Anggota:

- a. Nama Lengkap : Nia Dwi Lestari
- b. NIM : 2017570042
- c. Program Studi : Manajemen Perbankan Syariah
- d. Nomor HP : 087885859438
- e. Email :

Jakarta, September 2020

Mengetahui,
Ketua P3IH

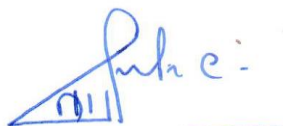
Ketua Penyuluh,



(Dr. Sodikin, S.H., M.H., M.Si.)
NID: 20.421

Menyetujui,

Dekan



(Dwi Putri Cahyawati, S.H., M.H.)
NID: 20.411

KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu alaikum wr. wb.*

Kami panjatkan puji syukur kehadirat Allah Swt atas limpahan rahmat-Nya, yaitu nikmat sehat jasmani dan rohani. Atas limpahan rahmat-Nya, maka saya dapat menyelesaikan laporan penyuluhan hukum ini dengan tepat waktu. Shalawat beserta salam mudah-mudahan senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita, yaitu Nabi Muhammad saw, yang telah membawa umatnya dari jalan yang gelap gulita menuju jalan yang terang benderang.

Penyuluhan hukum ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu kewajiban saya sebagai tenaga pengajar di Fakultas Hukum UMJ bersama dengan seorang mahasiswa, sebagaimana dimaksudkan dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu di bidang pengabdian masyarakat.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang berupa penyuluhan ini, kami lakukan di Pengajian Lekar Al Muhaya Sawangan, Kota Depok. Penyuluhan ini dilakukan agar masyarakat dapat memahami tentang bahaya virus corona dan terlebih agar tidak salah menjelaskan tentang virus corona karena tidak memiliki cukup pengetahuan tentang virus corona, sehingga masyarakat perlu diedukasi atau diberi penyuluhan untuk mencegah agar virus corona tidak menyebar ke semua orang, yaitu dengan memberi pengetahuan cara memakai masker dan mencuci tangan dengan benar.

Penulis berharap bahwa hasil laporan pengabdian masyarakat ini dapat bermanfaat, terutama dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya Ilmu Hukum. Semoga Allah Swt dapat melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita, Amiin.

Wassalamu alaikum wr. wb.

Jakarta, September 2020

SURAT PERSETUJUAN MITRA

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ketua Mitra : Ibu Sarmini
Alamat Mitra : Jl. Pertanian 4 Rt. 06 Kw. 04 Lebak bulus, Cilandak, Jakse
No Telp Mitra : 0857 78405977
Email Mitra : -

Menyatakan bersedia sebagai mitra dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata Online UMJ 2020 dengan tema "Bersama UMJ Bersinergi Memberdayakan Masyarakat".

Yang diselenggarakan oleh tim Dosen dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Jakarta, 13 Juli 2020

Mitra Pengabdian Kepada Masyarakat



Ibu Sarmini

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MITRA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ibu Sarmini

Nama IRT/Kelompok : Pembuat dan penjual keripik peyek kacang

Bidang Usaha : Wirausaha

Alamat : Jl. Pertanian 4 Rt 06 Rw 04 Lebak Bulus, Cilandak, Jakarta Selatan

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta, guna menerapkan IPTEK dengan tujuan mengembangkan produk/jasa atau target sosial lainnya, dengan :

Nama Ketua Tim Pengusul : Nia Dwi Lestari

Program Studi : Manajemen Perbankan Syariah

Bersama ini pula kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara *Usaha Kecil/ Menengah atau Kelompok dan Pelaksanaan Kegiatan Program tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan usaha dalam wujud apapun juga.

Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 13 Juli 2020

Yang membuat pernyataan Tanda tangan



(Sarmini)

SURAT PERSETUJUAN MITRA

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ketua Mitra : MATSANI GUATUR
Alamat Mitra : Jl. enggram Rt 06/05 Sawangan baru
No Telp Mitra : 0819 0684 3159
Email Mitra : _____

Menyatakan bersedia sebagai mitra dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata Online UMJ 2020 dengan tema “Bersama UMJ Bersinergi Memberdayakan Masyarakat”.

Yang diselenggarakan oleh tim Dosen dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Jakarta, _16 Juli 2020

Mitra Pengabdian Kepada Masyarakat



SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MITRA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Matsani Guntur

Nama IRT/Kelompok : Ketua RT 06/05 Sawangan Baru

Bidang Usaha : -

Alamat : Jl. Enggram RTt 06 Rw 05 Sawangan Baru, Sawangan, Depok

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta, guna menerapkan IPTEK dengan tujuan mengembangkan produk/jasa atau target sosial lainnya, dengan :

Nama Ketua Tim Pengusul : Nia Dwi Lestari

Program Studi : Manajemen Perbankan Syariah

Bersama ini pula kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara *Usaha Kecil/ Menengah atau Kelompok dan Pelaksanaan Kegiatan Program tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan usaha dalam wujud apapun juga.

Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 16 Juli 2020

Yang membuat pernyataan Tanda tangan



Matsani Guntur

SURAT PERSETUJUAN MITRA

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ketua Mitra : Adji Mulyawan
Alamat Mitra : Jl. Mangga Rt 02, Rw 11 Cinangka, Sawangan,
Depok
No Telp Mitra : 08938341362
Email Mitra : Adjimlyn86@gmail.com

Menyatakan bersedia sebagai mitra dalam kegiatan (tema/judul kegiatan)

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Online dengan tema “Bersama UMJ Bersinergi Memberdayakan Masyarakat”

Yang diselenggaran oleh tim Dosen dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Jakarta, 11 Juli 2020

Mitra Pengabdian Kepada Masyarakat



Adji Mulyawan

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MITRA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Adji Mulyawan

Nama IRT/Kelompok : Karang Taruna Rt 02

Bidang Usaha : -

Alamat : Jl. Mangga Rt 02 Rw 11 Cinangka, Sawangan, Depok

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta, guna menerapkan IPTEK dengan tujuan mengembangkan produk/jasa atau target sosial lainnya, dengan :

Nama Ketua Tim Pengusul : Nia Dwi Lestari

Program Studi : Manajemen Perbankan Syariah

Bersama ini pula kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara *Usaha Kecil/Menengah atau Kelompok dan Pelaksanaan Kegiatan Program tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan usaha dalam wujud apapun juga.

Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 11 Juli 2020

Yang membuat pernyataan Tanda tangan



Adji Mulyawan



PIMPINAN RANTING MUHAMMADIYAH SAWANGAN CABANG SAWANGAN - DAERAH DEPOK

Jl. Abdul Wahab No. 19 Sawangan Depok 16511 Telp. 0251-8613871

SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN PENELITIAN No : 046/EDR/V.0/A/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini, Pimpinan Ranting Muhammadiyah Sawangan Cabang Sawangan Daerah Kota Depok Provinsi Jawa Barat menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa/i di bawah ini :

| NO | NAMA | NIM |
|----|------------------------|------------|
| 1 | Muhdis Ghoniatul Awlia | 2017570055 |
| 2 | Aniska Harum S. | 2017570032 |
| 3 | Nia Dwi Lestari | 2017570042 |
| 4 | Ridho Andriansyah | 2017570103 |

Nama tersebut di atas benar telah melaksanakan Penelitian tentang Ranting Muhammadiyah Sawangan pada tanggal 21 Juli 2020, untuk memenuhi tugas Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Muhammadiyah Jakarta (UMJ) secara online.

Demikian surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Depok, 2 Dzulhijjah 1441 H.
23 Juli 2020 M.

Ketua PRM Sawangan




Mansur Abbas, S.Pd.
NBM. 847 565



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS HUKUM
Terakreditasi A

SURAT TUGAS
Nomor: 22a /F.2.-UMJ/VI/2020

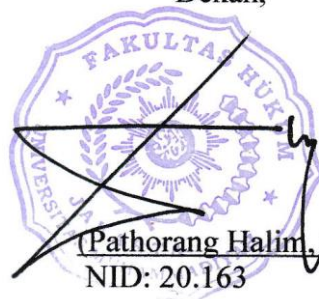
Pimpinan Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Jakarta dengan ini menugaskan kepada:

N a m a : Dr. Sodikin, S.H., M.H., M.Si.
Jabatan : Dosen Fakultas Hukum UMJ
NIDN/Pangkat : 0310056801/Lektor Kepala
Keperluan : Sebagai Narasumber atau pembicara dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat melalui penyuluhan secara daring dengan tema: “Penyuluhan Pentingnya Cuci Tangan Dan Pakai Masker Di Saat Pandemi Covid-19 Lingkungan Pengajian Lekar Al-Muhaya Depok”.
Tanggal : 1 – 15 September 2020
Tempat : Pengajian Lekar Al Muhaya Sawangan Depok

Demikian penugasan ini dibuat untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab dan melaporkan hasil kegiatannya.

Jakarta, 10 Juni 2020

Dekan,



(Pathorang Halim, S.H., M.H.)
NID: 20.163

PENYULUHAN PENTINGNYA CUCI TANGAN DAN PAKAI MASKER DI SAAT PANDEMI COVID-19 LINGKUNGAN PENGAJIAN LEKAR AL-MUHAYA DEPOK

Oleh

Sodikin

Nia Dwi Lestari

Ketua Penyuluh, Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Jakarta
Anggota Penyuluh, Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Jakarta

Abstrak

Kegiatan mencuci tangan merupakan suatu kebiasaan yang perlu ditanamkan pada anak sejak masih di bangku sekolah dasar dan ibu-ibu untuk meningkatkan gaya hidup sehat. Hal ini menerapkan pola hidup sehat saat berada di tempat umum dan belum adanya tempat cuci tangan membuat ibu-ibu dan anak-anaknya masih mengabaikan protokol kesehatan yang dianjurkan oleh pemerintah saat berlakunya *new normal*. Metode pengabdian yang digunakan adalah metode advokasi/penyuluhan. Pesan dalam penyuluhan ini dalam rangka pentingnya cuci tangan dan pakai masker dalam rangka menerapkan pola hidup sehat dengan rajin mencuci tangan baik di luar maupun di dalam rumah. Hasil yang di dapat ialah kegiatan penyuluhan pentingnya cuci tangan dan pakai masker berjalan dengan baik dan ibu-ibu dan anak-anaknya di Pengajian Lekar Al-Muhaya aktif mengikuti penyuluhan dan pelatihan tersebut sampai selesai. Pada penyuluhan ini dilakukan dengan interaktif. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat di Pengajian Lekar Al-Muhaya, Sawangan Baru, Depok berjalan dengan lancar dan peserta mengikuti penyuluhan dengan baik. Terbentuknya mindset dan motivasi yang tinggi bagi ibu-ibu dan anak-anaknya untuk melakukan pola hidup sehat ditengah Pandemi Covid-19.

Kata kunci: Penyuluhan, Cuci Tangan, Masker, Covid-19

Abstract

Hand washing is a habit that needs to be instilled in children since they are in elementary school and mothers to promote a healthy lifestyle. This implies a healthy lifestyle when in public places and the absence of a place to wash hands makes mothers and their children still ignore the health protocol recommended by the government when the new normal takes effect. The service method used is the method of advocacy / outreach. The message in this counseling is in the context of the importance of washing hands and wearing masks in order to implement a healthy lifestyle by diligently washing hands both outside and inside the house. The results obtained were that the education activities on the importance of washing hands and wearing masks were running well and mothers and their children at the Lekar Al-Muhaya recitation were actively participating in the counseling and training until it was finished. This counseling was carried out interactively. The conclusion from the community service activities at the Lekar Al-Muhaya recitation, Sawangan Baru, Depok went well and the participants attended the counseling well. The formation of a high mindset and motivation for mothers and their children to adopt a healthy lifestyle amid the Covid-19 Pandemic.

Keyword: *Counseling, Hand Washing, Masks, Covid-19*

A. Pendahuluan

Sejatinya setiap orang ingin sehat selalu, namun seiring berkembangnya zaman dan kesibukan, terkadang lupa menjalani pola hidup sehat guna menjaga kesehatan. Pola hidup sehat adalah upaya seseorang untuk menjaga tubuhnya agar tetap sehat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan salah satu perilaku yang dapat diterapkan dalam kehidupan

sehari-hari seperti pada masyarakat dengan menjaga kesehatannya. Menjalani pola hidup sehat sebenarnya tidaklah sulit, dapat dimulai dari hal yang paling sederhana yakni dengan rajin mencuci tangan memakai sabun akan tetapi kebiasaan yang sederhana ini justru sering diabaikan. Pentingnya membudayakan cuci tangan pakai sabun yang benar juga didukung oleh WHO hal ini dapat terlihat dengan diperingatinya hari cuci tangan pakai sabun sedunia setiap tanggal 15 Oktober (WHO, 2015). Apalagi di tengah Pandemi Covid-19 ini yang sangat dianjurkan untuk selalu menggunakan masker ketika berada di luar rumah dan selalu cuci tangan memakai sabun.

Coronavirus disease 2019 atau Covid-19 merupakan penyakit infeksi pernapasan akut yang disebabkan oleh coronavirus strain *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2 yang pertama kali diidentifikasi pada akhir 2019 di kota Wuhan, Provinsi Hubei Cina (Beiu, Mihai, Popa, Cima, & Popescu, 2020). Upaya pencegahan terhadap peningkatan jumlah penderita Covid-19, seperti yang sudah ditetapkan oleh WHO pada bulan Maret 2020 bahwa semua negara didesak untuk melakukan langkah-langkah efektif untuk mengurangi penularan (Beiu et al., 2020). Oleh karena itu, tindakan pencegahan terhadap jenis penyakit menular tersebut wajib dilakukan secepat mungkin yang sesuai dengan Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 yaitu tentang Keekarantinaan Kesehatan.

Wabah virus Corona berkembang begitu cepat berdampak negatif terhadap aktivitas sosial masyarakat dan ekonomi masyarakat, bangsa dan negara. Warga yang paling terdampak virus corona adalah warga yang bekerja di sektor informal, seperti ojek online, sopir angkot, pedang kaki lima, home industri, pekerja harian, nelayan, home industri, katering dan sektor UMKM dan non UMKM. Dampak dari pandemik ini seperti pusat perbelanjaan mal, supermarket, pusat jajanan makanan dan minuman, pemilik rumah aneka makanan modern, waralaba, omzetnya menurun dengan drastis karena pembeli sepi. Pelaku usaha banyak menutup usahanya karena daya beli masyarakat turun.

Berbicara tentang kesehatan, dan karena kesehatan merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi setiap manusia dan salah satu contohnya kesehatan pada anak-anak, bahwa anak-anak merupakan kelompok yang sangat rentan terserang penyakit maupun virus. Perilaku cuci tangan pakai sabun yang benar tidak muncul begitu saja, tetapi harus dibiasakan dari kecil, karena anak-anak akan menjadi agen perubahan dalam menyampaikan edukasi serta dapat mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) baik untuk dirinya maupun lingkungan sekitarnya (Natsir, 2018). Pada kasus yang terkait judul adalah permasalahan

kurangnya pengetahuan anak-anak yang terjadi Pengajian Lekar Al-Muhaya tentang pentingnya mencuci tangan dan memakai masker saat di luar rumah di tengah pandemi Covid-19. Hal ini karena pengajian Lekar Al-Muhaya tetap masih di buka karena permintaan dari orang tua peserta didik.

Mengingatkan dan memberikan arahan kepada anak-anak dan ibu-ibu pada pengajian Lekar Al-Muhaya untuk selalu cuci tangan dan selalu menggunakan masker saat berada di luar rumah merupakan salah satu tugas semua pihak termasuk orang tua yang paling mudah untuk dilakukan demi menjaga semua termasuk anak-anak mereka dari virus yang masih merebak sampai saat ini.

B. Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan yang digunakan untuk mengatasi permasalahan adalah dengan advokasi/penyuluhan kepada ibu-ibu agar mengajarkan kembali pada anak-anaknya dalam Pengajian Lekar Al-Muhaya. Sasaran penyuluhan yaitu melalui tahapan-tahapan, berikut ini: (1) mengetahui atau menyadari adanya masalah pandemik covid-19, (2) tertarik untuk ikut mengatasi masalah pandemik covid-19, (3) peduli terhadap pemecahan masalah yang kemudian mempertimbangkan berbagai alternatif untuk memecahkan masalah, (4) sepatutnya untuk memecahkan masalah dengan memilih salah satu alternatif yang terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Pemecahan masalah dengan memilih untuk membuat tempat cuci tangan dan mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar. Selanjutnya adalah cara cuci tangan dengan 7 langkah menurut WHO untuk mencegah Covid-19 : (1) Basahi kedua telapak tangan setinggi pertengahan lengan memakai air yang mengalir, ambil sabun kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut, (2) Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian, (3) Jangan lupa jari-jari tangan, gosok sela-sela jari hingga bersih, (4) Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan mengatupkan, (5) Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian, (6) Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan, (7) Bersihkan kedua pergelangan tangan secara bergantian dengan cara memutar, kemudian diakhiri dengan membilas seluruh bagian tangan dengan air bersih yang mengalir lalu keringkan memakai handuk atau tisu.

Selanjutnya adalah mengenai langkah-langkah berikut cara pemakaian masker yang benar:

1. Biasakan mencuci tangan terlebih dahulu sebelum menggunakan masker, boleh menggunakan air mengalir dengan sabun, boleh juga menggunakan cairan antiseptik berbahan dasar alkohol.
2. Pastikan hidung, mulut, dan dagu tertutup seluruhnya, bagian berwarna berada di depan, dan bagian berwarna putih yang menempel di wajah.
3. Tekan bagian atas masker yang ada kawatnya agar sesuai bentuk hidung.

Adapun langkah-langkah untuk membuka dan membuang masker yang benar :

1. Gantilah masker jika rusak, kotor, atau basah.
2. Lepas kaitan masker dari telinga atau ikatan masker, pastikan tidak memegang bagian depan masker.
3. Buanglah masker dengan benar ke dalam tempat sampah.
4. Cucilah tangan pakai sabun atau bahan berbasis alkohol dengan baik dan benar.

C. Hasil dan Pembahasan

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu usaha promotif untuk mencegah penyakit yang ditimbulkan akibat cuci tangan yang buruk. Penyuluhan atau pendidikan kesehatan mengupayakan agar perilaku individu, kelompok, masyarakat mempunyai pengaruh positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatan. Dengan pemberian penyuluhan maka akan meningkatkan pengetahuan sehingga dapat merubah perilaku seseorang menjadi lebih baik (Soekidjo Notoatmodjo, 2012).

Kegiatan penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat dimulai dari cuci tangan pakai sabun ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan kepada ibu-ibu dan juga adik-adik Pengajian Lekar Al-Muhaya, sehingga dapat menggalakkan perilaku hidup sehat dan mencegah virus Covid-19 dimulai dari mencuci tangan yang baik dan benar. Menjaga kesehatan di tengah Pandemi Covid-19 ini sangat penting bagi semua agar tidak tertular atau terkena virus tersebut. Kondisi sehat dapat dicapai bila mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat dan menciptakan lingkungan yang sehat.

Kegiatan mencuci tangan merupakan salah satu kegiatan yang mudah dilakukan oleh masyarakat khususnya pada anak-anak. Pelaksanaan kegiatan ini berupa penyuluhan tentang pentingnya mencuci tangan memakai sabun dan pentingnya menggunakan masker saat berada di luar rumah. Oleh karena itu, maka luaran dari kegiatan ini nantinya diharapkan

dapat meningkatkan pengetahuan dan mengajak adik-adik agar mau mulai menerapkan perilaku hidup sehat dimulai dari ruang lingkup keluarga di rumah.

Cara mencuci tangan langsung dicontohkan dan dipraktekkan oleh peserta. Praktek juga dilaksanakan oleh anak-anak yang hadir disana memperhatikan dengan seksama. Proses belajar yang mengkombinasi antara pemberian edukasi dan hiburan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kelompok sasaran dan memperluma daya ingat mereka tentang topik kesehatan yang telah diberikan.

Gambar 1.

Praktik cara mencuci tangan dengan benar



Gambar 2.

Membuat tempat cuci tangan untuk adik-adik Pengajian Lekar Al-Muhaya



Pelaksanaan kegiatan sosialisasi mengenai cuci tangan dengan sabun di Pengajian Lekar Al-Muhaya, Sawangan. Dimulai dengan bagaimana pentingnya mencuci tangan pakai sabun, kapan saja harus mencuci tangan, serta dampak akibat tidak mencuci tangan dengan sabun. Begitu juga mempraktikkan kepada adik-adik bagaimana cara mencuci tangan dengan benar mengikuti 7 langkah cara mencuci tangan bersama-sama. Setelah itu ada perwakilan dari adik-adik maju untuk mempraktikannya dan yang berani maju akan diberi snack dan melakukan foto bersama. Pada hari berikutnya membuatkan tempat cuci tangan untuk diletakkan di Pengajian Lekar Al-Muhaya. Hal ini dilakukan supaya nanti adik-adik sebelum memasuki ruangan untuk membiasakan diri cuci tangan terlebih dahulu dan bila sudah selesai mengaji mereka juga harus melakukan cuci tangan kembali.

Penyuluhan yang di berikan kepada ibu-ibu dan adik-adik Pengajian Lekar Al-Muhaya sebagian besar merupakan indikator-indikator perilaku hidup bersih dan sehat yang masih jarang diketahui oleh mereka semua. Hal ini sebagaimana pada dasarnya cara mencuci tangan

dengan baik dan benar, terkadang sudah melaksanakan cuci tangan namun Langkah-langkahnya masih kurang tepat.

Pertama-tama yang harus diperhatikan dalam mencuci tangan yang tidak menggunakan air adalah penggunaan hand sanitizer. Penyanitasi tangan atau dalam bahasa Inggris yaitu *hand sanitizer* adalah cairan atau gel yang umumnya digunakan untuk mengurangi patogen pada tangan. *The Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) menyebutkan, *hand sanitizer* dapat membantu mencegah penyebaran virus corona atau Covid-19. Penggunaan *hand sanitizer* yang praktis lebih disenangi oleh masyarakat dibandingkan dengan mencuci tangan dengan air. *Hand sanitizer* umumnya lebih efektif membunuh mikroorganisme dan lebih ditoleransi oleh tangan dibandingkan sabun dan air. Hal ini, walaupun demikian, mencuci tangan harus tetap dilakukan jika kontaminasi dapat terlihat atau setelah menggunakan toilet. Manfaat *hand sanitizer* yaitu:

1. Mempunyai sifat anti-inflamasi dan anti-bakteri untuk membersihkan tangan dari bakteri dan virus, dan juga bisa membuat tangan menjadi lebih lembab.
2. Memiliki kandungan kimia seperti minyak atsiri dan fenol yang bersifat bakterisidal untuk menghambat pertumbuhan bakteri.

Adapun langkah-langkah yang harus dilakukan saat menggunakan *hand sanitizer* adalah:

1. Tuangkan cairan *hand sanitizer* pada telapak tangan.
2. Gosok kedua tangan dengan seksama, pastikan bagian dan sela-sela jari terusap secara menyeluruh. Usap kedua tangan paling lama 20 detik sampai kedua tangan tersebut benar-benar kering.

Gambar 3.

Video pembuatan hand sanitizer yang diupload pada akun sosial media Instagram dan YouTube



Selanjutnya untuk mengurangi risiko penularan dan mencegah penularan kepada orang lain, pemerintah menyarankan masyarakat untuk menggunakan masker. Masker yang digunakan oleh masyarakat umum yaitu masker kain, ataupun masker bedah yang tersedia di apotek. Masker bedah merupakan masker penutup wajah yang terdiri dari 3 lapisan bahan yang digunakan sekali pakai. Masker ini dinilai efektif untuk mencegah masuknya virus Corona melalui mulut atau hidung, ketika ada percikan ludah penderita COVID-19 saat ia batuk, bersin, atau bicara.

Banyak masyarakat yang kurang mengerti akan pentingnya penggunaan masker pada saat pandemi COVID-19. Padahal, sebuah studi baru membuktikan bahwa memakai masker memang dapat mengurangi penularan virus secara signifikan. Berdasarkan eksperimen oleh Tim Hong Kong menemukan tingkat penularan virus corona melalui tetesan pernapasan atau partikel di udara turun sebanyak 75 persen ketika masker bedah dipakai. Studi ini dirilis oleh departemen microbiologi di The University of Hong Kong, dan akan dipublikasikan dalam

jurnal medis *Clinical Infectious Disease*, yang belum dilakukan peereview. Kesimpulan tim tersebut muncul setelah berbulan-bulan informasi yang saling bertentangan dari badan kesehatan dunia mengenai masker. Sebelumnya, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah mempertanyakan efektifitas pemakaian masker oleh masyarakat umum, hingga kemudian saat wabah mulai menyebar mereka menghimbau untuk memakainya secara luas.

Manfaat menggunakan masker saat COVID 19:

1. Penurunan kemungkinan risiko pajanan dari orang yang terinfeksi sebelum mengalami gejala.
2. Penurunan kemungkinan stigmatisasi orang-orang yang mengenakan masker untuk mencegah infeksi kepada orang lain atau orang yang merawat pasien COVID-19 ditempat non klinis.
3. Membuat orang dapat merasa mengambil peran dalam membantu menghentikan penyebaran virus.
4. Mengingatkan orang untuk mematuhi langkah-langkah lain (seperti menjaga kebersihan tangan, tidak menyentuh hidung dan mulut).
5. Kemungkinan manfaat sosial dan ekonomi. Di tengah kekurangan global masker bedah dan APD, mendorong masyarakat untuk membuat masker kain sendiri dapat mendorong usaha pribadi dan kesatuan masyarakat.

Cara penggunaan masker yang benar:

1. Pastikan telah mencuci tangan dengan benar.
2. Jika menggunakan masker bedah, pastikan sisi luar adalah yang berwarna hijau dan sisi dalam yang berwarna putih.
3. Pasang tali masker dengan baik. Jika tali masker perlu diikat, ikat bagian atas terlebih dahulu, kemudian bagian bawahnya.
4. Pastikan masker menutupi hidung, mulut, dan dagu dengan sempurna. Pastikan pula bagian yang ada logamnya berada di batang hidung.
5. Lekukan strip logam mengikuti lekukan hidung hingga tidak ada menyisakan lubang.
6. Hindari menyentuh bagian tengah masker saat menggunakan dan melepas masker.
7. Buang masker ketempat sampah dan cuci tangan hingga bersih setelah menggunakan masker.

Gambar 4.
Pembagian Masker kepada Warga



D. Kesimpulan

Salah satu cara untuk memutus mata rantai penyebaran virus corona yang kemudian dikenal dengan Covid-19 ini sebagaimana dianjurkan oleh pemerintah adalah 3M yaitu memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan. Oleh karena itu, untuk menjawab permasalahan dalam penyuluhan ini yang dirumuskan dalam kesimpulan adalah masih banyak warga masyarakat yang masih belum benar cara memakai masker dan masker yang standar dipakai sebagai masker yang dapat digunakan untuk mencegah penularan covid-19. Begitu juga masyarakat dalam hal mencuci tangan dengan menggunakan air masih belum benar dalam mencuci tangan, sehingga perlu diberi penyuluhan agar mereka memahami dengan benar dalam hal mencuci tangan dan memakai masker.

E. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta, begitu juga diucapkan banyak terima kasih kepada ibu-

ibu dan adik-adik di Pengajian Lekar Al Muhaya dan pak RT 06 Kelurahan Sawangan Baru Kecamatan Sawangan Kota Depok, atas Kerjasama sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat berjalan dengan baik dan penuh manfaat. Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat kali ini, Panitia Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta memberikan surat tugas kepada kami dalam program pengabdian kepada masyarakat nomor: 213/KKN UMJ/VII/2020 tanggal 13 Juli 2020.

Daftar Pustaka

- Beiu, C., Mihai, M., Popa, L., Cima, L., & Popescu, M. N. (2020). Frequent Hand Washing for COVID-19 Prevention Can Cause Hand Dermatitis : Management Tips From frequent hand washing to hand dermatitis. *Cureus, 12*(4).
- Penulis Cilik Kelas 1 SD Muhammadiyah GKB 2 Gresik. *Kebiasaan Sehatku: Antologi Esai*. Cet. Jawa Timur. Caramedia Communication. 2020.
- Syafrida dan Hartati R. "*Bersama Melawan Virus Covid 19 di Indonesia*". Jurnal Sosial dan Budaya Syar-I. 7.6. 495-508.
- Natsir, M.F. "*Pengaruh Penyuluhan Ctps Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Sdn 169 Bonto Parang Kabupaten Jeneponto*". Jurnal Nasional Ilmiah Kesehatan (JNIK).1.1-9.
- Notoatmodjo, S. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2012.
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. "*Beginilah Cara Memakai dan Melepaskan Masker Yang Benar*". [Online] <https://covid19.kemkes.go.id/warta-infem/beginilah-cara-memakai-dan-melepaskan-masker-yang-benar/#.XyixlSgzblU>. [4 Agustus 2020].