

**GAYA HIDUP BERSIH DENGAN MENCUCI TANGAN SEBAGAI UPAYA UNTUK
MENCEGAHAN PENULARAN COVID 19 DI KOMUNITAS MUSLIMAH KOTA
PALANGKA RAYA**

***CLEAN LIFESTYLE BY WASHING HANDS AS AN EFFORT TO PREVENT THE
TRANSMISSION OF COVID 19 IN THE MUSLIMAH COMMUNITY OF PALANGKA
RAYA CITY***

**Erwin Prasetya Toepak^{1*)}, Rendi Muhamad Iqbal²⁾, Dyah Ayu Pramoda Wardani³⁾,
Sari Namarito Simamarta⁴⁾, Elda Alyatikah⁵⁾**

¹⁾Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Palangka Raya, Jalan Yos Sudarso, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, email: toepakerwin@mipa.upr.ac.id

²⁾Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Palangka Raya, Jalan Yos Sudarso, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, email: iqbal.rm@mipa.upr.ac.id

³⁾Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Palangka Raya, Jalan Yos Sudarso, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, email: dayupwardani@mipa.upr.ac.id

⁴⁾Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Palangka Raya, Jalan Yos Sudarso, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, email: sarinamarito@gmail.com

⁵⁾Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Palangka Raya, Jalan Yos Sudarso, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, email: alyatikahelda@gmail.com

ABSTRAK

Virus Corona menyebabkan infeksi gangguan pernafasan serius yang dapat menyebabkan kematian. Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Kota Palangka Raya merupakan wilayah dengan kasus pasien terkonfirmasi positif terbesar sebanyak 145 orang dengan jumlah kematian sebesar 8 orang pertanggal 5 Juni 2020. Penyebaran virus, termasuk virus korona, sebesar 98% bersumber dari tangan. Oleh sebab itulah dengan rajin mencuci tangan maka dapat mencegah dan memutus rantai penyebaran virus korona. Jikalau tidak terdapat sabun dan air mengalir, maka dapat menggunakan *hand sanitizer* seperti yang dianjurkan oleh *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) Amerika Serikat. Berdasarkan hal itu, maka kegiatan mempromosikan penggunaan *hand sanitizer* perlu dilakukan. Kegiatan masyarakat yang telah dilaksanakan ini dilakukan melalui pemberian *hand sanitizer* dan informasi ringkas tentang kebiasaan mencuci tangan yang praktis pada komunitas muslimah Kota Palangka Raya. Hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih mencegah infeksi COVID 19.

Kata kunci: *COVID 19, Hand Sanitizer, Palangka Raya, Hidup Bersih, Komunitas Muslimah*

ABSTRACT

Corona virus causes serious respiratory infections that can lead to death. Based on data published by the Ministry of Health of the Republic of Indonesia, Palangka Raya City is the region with the largest positive confirmed cases of 145 people with 8 deaths as of June 5, 2020. The spread of viruses, including the corona virus, is 98% sourced from hands. That is why diligently washing hands can prevent and break the chain of spreading the corona virus. If soap and running water are not available, a hand sanitizer can be used as recommended by the US Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Based on this, activities to promote the use of hand sanitizers need to be carried out. This activity that has been carried out is carried out through the provision of hand sanitizers and brief information about practical hand washing habits in the Muslim community of Palangka Raya City. It is hoped that the results of this activity can contribute to preventing COVID 19 infection.

Keywords: *COVID 19, Hand sanitizer, Palangka Raya, Clean living, Muslimah community*

PENDAHULUAN

Virus korona menyebabkan infeksi gangguan pernafasan serius yang dapat menyebabkan kematian. Berdasarkan data yang dipublikasikan maka dapat diketahui bahwa wilayah Kalimantan Tengah, pertanggal 05 Juni 2020 memiliki jumlah kematian yang disebabkan oleh virus ini sebesar 26 orang dengan kasus positif sebesar 481. Sementara itu, Kota Palangka Raya merupakan wilayah dengan kasus pasien terkonfirmasi positif terbesar sebanyak 145 orang di Kalimantan Tengah dengan jumlah kematian sebesar 8 orang pertanggal 5 Juni 2020. Kota Palangka Raya juga termasuk dari 3 wilayah yang dinyatakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia terdapat kasus infeksi dengan transmisi lokal [4-6]. Besarnya angka pasien yang terkonfirmasi positif di Palangka Raya perlu mendapat perhatian serius agar mata rantai penularan virus korona dapat terhenti.

Adapun penyebaran virus, termasuk virus korona, sebesar 98% bersumber dari tangan. Oleh sebab itulah dengan rajin mencuci tangan maka dapat mencegah dan memutus rantai penyebaran virus korona. Perilaku membersihkan tangan dapat dilakukan dengan menggunakan sabun dan air mengalir [1, 3]. Jikalau tidak terdapat sabun dan air mengalir, maka dapat menggunakan *hand sanitizer*.

Penggunaan *hand sanitezer* atau *alcohol-based hand rub* untuk mencegah penularan virus korona telah direkomendasikan oleh

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) di bawah naungan Departemen Kesehatan dan Pelayanan Masyarakat di Amerika Serikat. Permasalahan yang timbul di Indonesia ialah harga sebotol *hand sanitizer* yang mahal dan langka menjadi sorotan masyarakat, secara khusus masyarakat menengah ke bawah.. Oleh sebab itulah untuk mengatasi kelangkaan ini, maka pembuatan *hand sanitizer* secara mandiri yang mengikuti panduan standar dari organisasi kesehatan yang berwewang dapat menjadi salah satu solusi. Pembuatan *hand sanitizer* tidak bisa sembarangan karena perlu memperhatikan komposisi bahan kimia yang terkandung di dalamnya [2, 9].

Dengan dilakukannya pengabdian masyarakat melalui pembagian *handsanitezer* gratis dapat mengurangi beban masyarakat dalam pencegahan covid-19 atau virus corona khususnya di kalangan komunitas muslimah kota Palangka Raya. Selain itu masyarakat mengerti pemakaian *hand sanitizer* dengan baik dan benar, serta membantu pemerintah dalam percepatan pencegahan virus corona yang melanda Indonesia. Dengan adanya pembagian *hand sanitizer* gratis ini masyarakat juga ikut berperan dalam pencegahan virus corona, sehingga penyebaran virus ini bisa diatasi, sehingga masyarakat dapat beraktivitas kembali melakukan kegiatan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan Pengabdian ini dilaksanakan dalam beberapa tahap berikut.

Tahap Persiapan

Pada tahapan ini dilakukan koordinasi dengan pihak ketua komunitas muslimah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Pada tahapan ini juga didiskusikan terkait pelaksanaan kegiatan yang mesti dilaksanakan sesuai protokol kesehatan.

Pembuatan *Hand Sanitizer*

Hand sanitizer yang akan dibagikan dibuat berdasarkan komposisi yang telah direkomendasikan oleh WHO ([8])

Pembagian *Hand Sanitizer* kepada Masyarakat

Pembagiann *hand sanitizer* diserahkan kepada pengurus dari komunitas muslimah kota Palangka Raya dengan menerapkan protokol kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap persiapan, tim berkoordinasi dengan pengurus Komunitas Muslimah Kota Palangka Raya untuk mengkoordinasikan terkait kegiatan pembagian hand sanitizer. Pembagian sanitizer akan dilakukan melalui perwakilan pengurus dari Komunitas Muslimah kota Palangka Raya. Hal ini dilakukan untuk menghindari terjadinya kerumunan orang dalam jumlah besar dan mencegah timbulnya penyebaran COVID19.

Pembuatan hand sanitizer dilakukan dengan menggunakan formulasi yang telah ditetapkan oleh World Health Organization. Pada tahap pembuatan hand sanitizer ini, digunakan bahan-bahan seperti etanol 96%,

hidrogen peroksida 3%, gliserol 98% dan akuades. Pada pembuatan hand sanitizer ini juga ditambahkan essential oil. Fungsi dari etanol 96% ialah sebagai senyawa utama yang memiliki aktivitas sebagai antimikroba, sedangkan hidorgen peroksida 3% untuk membantu menetralsir kontaminan yang ada dalam larutan. Penambahan gliserol 98% dimaksudkan sebagai humektan untuk mencegah terjadinya iritasi pada kulit dan akuades berfungsi sebagai pengencer larutan [7]. Penambahan essential oil ini dilakukan agar pada hand sanitizer yang dibuat memiliki aroma yang menyegarkan saat digunakan.



Gambar 1. Proses pembuatan hand sanitizer

Pembagian hand sanitizer ini dilakukan melalui pengurus Komunitas Muslimah Kota Palangka Raya. Adanya keterbatasan bahan baku dan proses pengiriman yang lama menyebabkan jumlah hand sanitizer yang dibuat tidak banyak dan kurang mencapai target. Permasalahan ini diselesaikan dengan membeli hand sanitizer komersil untuk menutupi kekurangan yang ada. Pembagian hand sanitizer ini dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan seperti yang terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pembagian hand sanitizer kepada komunitas muslimah Kota Palangka Raya

Hand sanitizer merupakan alternatif mencuci tangan dalam gerakan hidup bersih. Hal ini sesuai dengan anjuran dari *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) di bawah naungan Departemen Kesehatan dan Pelayanan Masyarakat di Amerika Serikat. Pembagian hand sanitizer ini diharapkan dapat membantu mencegah penularan COVID 19 di Kota Palangka Raya.

KESIMPULAN

Pembagian hand sanitizer kepada Komunitas Muslimah Kota Palangka Raya telah dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan dalam pelaksanaannya. Hand sanitizer yang dibagikan merupakan salah satu upaya dalam mendukung gerakan hidup bersih mencuci tangan untuk mencegah penularan COVID 19.

SARAN

Hand sanitizer yang dibuat hendaknya dapat menggunakan variasi essential oil dari tumbuhan lokal untuk mendukung pemanfaatan sumber daya alam lokal.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih diucapkan kepada Fakultas MIPA Universitas Palangka Raya atas bantuan hibah (219/UN24.10/LL/2020).

Tidak hanya itu, ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya juga disampaikan kepada Bapak Ketua Program Studi Kimia FMIPA UPR yang telah membantu memfasilitasi kegiatan ini.

REFERENSI

- [1] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Cegah Virus Corona, Jaga Kesehatan dengan GERMAS. <http://promkes.kemkes.go.id/cegah-virus-corona-jaga-kesehatan-dengan-germas>.
- [2] Centers for Disease Control and Prevention. 2020. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/hand-hygiene.html>.
- [3] Eny Retna Ambarati dan Prihastuti 2019. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Mencuci Tangan Menggunakan Sabun dan Air Mengalir sebagai Upaya untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Phbs) Sejak Dini. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 1, (2019).
- [4] Guo, Y.R. et al. 2020. The origin, transmission and clinical therapies on coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak- A n update on the status. *Military Medical Research*. 7, 1 (2020), 1–10. DOI:<https://doi.org/10.1186/s40779-020-00240-0>.
- [5] Perkembangan Covid-19 Kalimantan Tengan 5 Juni 2020 Pukul 15.00: 2020. <https://corona.kalteng.go.id/>.
- [6] Kementerian Kesehatan Replik. 2020. Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (COVID-19) 5 Juni 2020: 2020. <https://covid19.kemkes.go.id/situasi-infeksi-emerging/info-coronavirus/situasi-terkini-perkembangan-coronavirus-disease-covid-19-5-juni-2020/>.
- [7] World Health Orgaization..WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care: First Global Patient Safety Challenge Clean Care Is Safer Care:

2009.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK144054/>.
- [8] World Health Organization.2020. Guide to local production: WHO-recommended handrub formulations.
- [9] Zain, F.M. 2020. Hand Sanitizer Langka, Bupati Banyumas Akan Gunakan Ciu Sebagai Bahan Baku. (2020).