

**URGENSI KEBERSIHAN UNTUK MENCEGAH PENULARAN PENYAKIT DI KAMPUS UNIVERSITAS BINA MANDIRI GORONTALO**

**Gayatri Djafar Soga<sup>1)</sup> dan Mindy Eka Astuti<sup>2)</sup>**

<sup>1,2)</sup> Universitas Bina Mandiri Gorontalo

Email<sup>1)</sup>: [gayatri.soga22@gmail.com](mailto:gayatri.soga22@gmail.com)

Email<sup>2)</sup>: [mindy.ekas@gmail.com](mailto:mindy.ekas@gmail.com)\*

**ABSTRACT**

The purpose of this community service activity is to improve student health by implementing and carrying out clean and healthy living behaviors in the Bina Mandiri University Campus Gorontalo

The method used in this service activity is to carry out initial activities carried out by building coordination with the Chancellor and other leadership elements along with lecturers and then with students at the Community Service location, namely at the Bina Mandiri University Campus, Gorontalo. This coordination is very important so that during the implementation of activities synergy can be achieved. Then the planning is prepared jointly between students and universities

The results of the implementation of the socialization activity show that there is an urgency for hygiene to prevent disease at the Bina Mandiri University Campus, Gorontalo, which has run smoothly and according to the expectations of the entire academic community. The leadership element, in this case the Chancellor and the Chairperson of the Foundation, enthusiastically welcomed the implementation of community service activities carried out by lecturers and students so that later students would be more accustomed to cleanliness and then always apply cleanliness in daily life

**Keywords:** *Hygiene (PHBS), Infectious Diseases*

**PENDAHULUAN**

Manusia perlu menjaga kebersihan diri dan lingkungan agar sehat, tidak bau, tidak menyebarkan kotoran atau menyebabkan penyakit bagi diri sendiri maupun orang lain. PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) adalah perwujudan paradigma sehat dalam budaya hidup perorangan, keluarga dan masyarakat yang berorientasi sehat, dengan tujuan untuk meningkatkan, memelihara dan melindungi kesehatannya baik fisik, mental spiritual maupun sosial. Salah satu indikator PHBS dalam tatanan rumah tangga adalah kebersihan perorangan atau kebersihan diri [2]. Permasalahan mengenai kebersihan diri merupakan hal yang sehari-hari harus dilakukan, namun kadang masih dianggap kurang penting.

Pengetahuan masyarakat yang kurang tentang kebersihan diri, membuat perilaku hidup sehat ini sulit diterapkan di masyarakat. Faktor lain yang membuat kebersihan diri tidak diterapkan adalah praktek sosial, status sosial ekonomi, budaya, kebiasaan seseorang dan kondisi fisik. Penerapan kebersihan diri yang kurang akan memudahkan timbulnya penyakit-penyakit menular [5]. Penyakit-penyakit menular di lingkungan yang sering terjadi akibat dari kurangnya kebersihan diantaranya tuberkulosis paru, infeksi saluran pernapasan atas, diare, cacangan, dan penyakit kulit (dermatitis dan skabies) masih merupakan masalah kesehatan yang juga dapat ditemukan di lingkungan-lingkungan yang kurang bersih [5]. Begitu pun yang terjadi di lingkungan Kampus Universitas Bina Mandiri Gorontalo.

Universitas Bina Mandiri Gorontalo merupakan perguruan tinggi yang berada di wilayah Kabupaten Bone Bolango dengan jumlah Mahasiswa 1500 orang. Sebagai kampus termuda di Gorontalo dengan jumlah mahasiswa yang dari tahun ke tahun semakin bertambah, tentunya tidak terlepas dari rentangnya tingkat penularan penyakit baik menular maupun tidak menular. Sehingga sangat seluruh unsur baik dari tingkatan mahasiswa, dosen dan tenaga kependidikan wajib membiasakan perilaku menjaga kebersihan lingkungan kampus demi menjaga terjadinya penularan penyakit secara massal. Salah satu penyakit yang dikhawatirkan dari sisi kesehatan adalah penyakit menular

Penyakit menular adalah penyakit yang dapat ditularkan melalui berbagai media. Penyakit jenis ini merupakan masalah kesehatan yang besar di hampir semua negara berkembang karena angka kesakitan dan kematiannya yang relatif tinggi dalam kurun waktu yang relatif singkat. Penyakit menular umumnya bersifat akut (mendadak) dan menyerang semua lapisan masyarakat. Penyakit jenis ini diprioritaskan mengingat sifat menularnya yang bisa menyebabkan wabah dan menimbulkan kerugian yang besar. Penyakit menular merupakan hasil perpaduan berbagai faktor yang saling mempengaruhi [6]. Salah satu penyakit menular adalah diare. Diare merupakan salah satu penyakit berbasis lingkungan yang menjadi penyebab utama kesakitan dan kematian. Penyakit diare masih menjadi masalah global dengan tingginya angka kesakitan dan kematian anak di dunia. Berdasarkan data United Nation Children's Fund (UNICEF) dan (WHO) pada tahun 2013, secara global terdapat dua juta anak meninggal dunia setiap tahunnya karena penyakit diare [3]. Kejadian Diare dapat terjadi di seluruh dunia dan menyebabkan 4% dari semua kematian dan 5% dari kehilangan kesehatan [1]. Faktor risiko untuk diare akut bervariasi berdasarkan konteks dan memiliki implikasi penting untuk mengurangi beban penyakit

Penyebab penyakit ini adalah kondisi kebersihan yang kurang terjaga, sanitasi yang buruk, kurang gizi, dan kondisi ruangan yang terlalu lembab dan kurang mendapat sinar matahari secara langsung. Penyakit kulit skabies menular dengan cepat pada suatu komunitas yang tinggal bersama sehingga dalam pengobatannya harus dilakukan secara serentak dan menyeluruh pada semua orang dan lingkungan pada komunitas yang terserang skabies. Hal ini disebabkan apabila dilakukan secara individual maka akan mudah tertular kembali penyakit scabies.

Penyakit diare merupakan penyakit endemis di Indonesia dan juga merupakan penyakit potensial Kejadian Luar Biasa (KLB) yang sering disertai dengan kematian. Tahun 2017 terjadi 21 kali KLB Diare yang tersebar di 12 provinsi, 17 kabupaten/kota, dengan jumlah penderita 1.725 orang dan kematian 34 orang (Angka kematian CFR 1,97%). CFR saat KLB Diare diharapkan 1% [4]. Penemuan kasus diare di Indonesia sekitar 60,4% dari 4.272.790 jiwa. Data Riskesdas menunjukkan angka prevalensi diare

di Indonesia tahun 2013 sebesar 4,5% sedangkan Gorontalo angka prevalensi lebih tinggi dari rata-rata Indonesia yaitu 5,0%, mengalami kenaikan pada tahun 2018, Indonesia menjadi 6,8%, dan Gorontalo berada di angka 7,5% [5]

Pencegahan penyakit diare dapat dilakukan dengan pemeliharaan sanitasi lingkungan dan penyuluhan kesehatan. Salah satu usaha untuk mengendalikan penyakit diare adalah dengan melakukan penyuluhan kesehatan yaitu segala usaha yang dilakukan yang dapat berpengaruh terhadap peningkatan kesehatan.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu:

1. Persiapan kegiatan meliputi:
  - a. Kegiatan survei tempat pengabdian masyarakat yaitu di Universitas Bina Mandiri Gorontalo
  - b. Permohonan ijin kegiatan pengabdian masyarakat kepada Rektor untuk menanyakan tempat kegiatan penyuluhan bahaya merokok dan minuman keras bagi mahasiswa di Universitas Bina Mandiri Gorontalo
  - c. Pengurusan administrasi (surat-menyurat)
  - d. Persiapan alat dan bahan serta akomodasi
  - e. Persiapan tempat untuk pendidikan kesehatan (penyuluhan) yaitu di Aula Universitas Bina Mandiri Gorontalo
2. Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) meliputi:
  - a. Pembukaan dan perkenalan dengan para ibu-ibu dan bapak di Universitas Bina Mandiri Gorontalo yang menjadi sasaran kegiatan.
  - b. Penyuluhan mengenai Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, mencuci tangan yang baik dan benar, gerakan makan buah dan sayur, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik di rumah, dan melakukan aktivitas fisik setiap hari
  - c. Sesi diskusi/tanya jawab dengan peserta penyuluhan kesehatan.
3. Penutupan
  - a. Foto bersama dengan peserta penyuluhan
  - b. Pembuatan laporan kegiatan pengabdian masyarakat

## **HASIL PELAKSANAAN DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian diawali dari kegiatan observasi yang dilanjutkan dengan kegiatan sosialisasi kepada Mahasiswa Universitas Bina Mandiri Gorontalo dengan materi sosialisasi yaitu

### **1. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku, sehingga membantu masyarakat mengenali dan mengatasi masalah sendiri dalam rumah tangga agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan. Beberapa tatanan PHBS melibatkan beberapa elemen yang merupakan bagian dari tempat beraktifitas dalam kehidupan sehari-hari. Berikut ini adalah 5 tatanan PHBS yang dapat menjadi simpul-simpul untuk memulai proses penyadartahuan tentang PHBS, yaitu : 1. PHBS di Rumah Tangga 2. PHBS di Sekolah 3. PHBS di tempat kerja 4. PHBS di sarana kesehatan 5.

PHBS di tempat umum Manfaat PHBS secara umum adalah meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut agar masyarakat bisa mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan. Selain itu, dengan menerapkan PHBS masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup

## **2. Mencuci Tangan Pakai Sabun**

Mencuci tangan adalah menggosok air dengan sabun secara bersama-sama seluruh kulit permukaan tangan dengan kuat dan ringkas kemudian dibilas di bawah aliran air. Mencuci tangan merupakan satu teknik yang paling mendasar untuk menghindari masuknya kuman ke dalam tubuh, dimana tindakan ini dilakukan dengan manfaat supaya tangan bersih, membasmi tangan dari kuman dan mikroorganisme, mencegah penularan penyakit, dan mencegah terjadinya infeksi melalui tangan. Ada banyak penyakit yang bisa hinggap di dalam tubuh bila sering lalai mencuci tangan. Mulai dari bisul, jerawat, tifus, leptospirosis, jamur, polio, disentri, diare, kolera, cacangan, hepatitis A, SARS, hinggal flu burung. Penyakit-penyakit ini dengan mudah memasuki tubuh lewat tangan yang tercemar oleh kuman, virus, atau parasite. Apakah itu saat memegang buku, memijit nomor telepon, bersalaman, memegang uang, atau barang apa saja. Dari tangan yang tercemar, kuman masuk ke mulut lewat makanan yang kita pegang.

Tak terhitung berapa jumlah kuman yang ikut dan secara tidak sengaja masuk ke dalam tubuh bersamaan dengan makanan. Jadi tangan menjadi jembatan tersebarnya kuman dari kotoran atau tinja ke mulut. Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merupakan upaya yang direkomendasikan untuk mencegah penyakit, dengan pertimbangan bahwa sabun mudah diperoleh dan terjangkau. CTPS yang benar adalah dengan memakai sabun dan air mengalir. Alasan dibaliknya adalah bahwa sabun terdiri dari rantai karbon hidrofobik yang melekat pada kuman di tangan yang disabuni dan membentuk molekul yang sangat halus. Ketika tangan dibilas air, sabun menggelontorkan molekul tersebut bersama kuman dan air bilasan. Dengan mekanisme inilah sabun mampu memutuskan rantai penyebaran kuman penyebab penyakit menular. Tangan kita merupakan bagian tubuh yang paling aktif dipergunakan dalam kehidupan sehari-hari. Sering kali tidak disadari betapa banyak benda yang disentuh selama kurun waktu 1 jam saja.

Tujuh langkah mencuci tangan di atas umumnya membutuhkan waktu kurang lebih 15 – 20 menit. Pentingnya membersihkan bagian tubuh ini secara baik dan benar memakai sabun adalah agar kebersihan terjaga secara keseluruhan serta mencegah kuman bakteri berpindah dari telapak tangan ke dalam tubuh.

## **SIMPULAN**

Kegiatan yang dilakukan diharapkan dapat membuat masyarakat lebih memahami tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan yang diberikan merupakan kegiatan penyuluhan kepada Mahasiswa Universitas Bina Mandiri Gorontalo Tahun 2022. Selain itu juga dibuka forum diskusi tanya jawab tanpa batas pertanyaan, Hal ini menyebabkan masyarakat dan mahasiswa Mahasiswa Universitas Bina Mandiri Gorontalo menjadi lebih antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut. Mengingat besarnya manfaat yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini, maka kegiatan pembinaan menyeluruh juga perlu dilaksanakan setiap bulannya agar dapat terus melakukan kontrol dan monitoring terhadap kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan sebelumnya.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih kepada Rektor Universitas Bina Mandiri Gorontalo yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk dapat melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sehingga kegiatan ini berjalan lancar sesuai dengan harapan penulis.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Berhe, dkk. 2016. Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan Aplikasinya, Jakarta: Rajawali Pers
- [2] Darsono. 2003. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Trans Info Media
- [3] Kemenkes RI. 2013. Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- [4] Kemenkes RI. 2017. Pedoman Pembinaan Dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah. Jakarta. Tim Pembina UKS Tingkat Pusat.
- [5] Riskesdes. 2018. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Jakarta: Trans Info Medi
- [6] Santosa. 2002. PHBS Perilaku Hidup Bersih & Sehat. Yogyakarta: Nuha Medika
- [7] Widoyono. 2011. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.