BAB II

PEMBAHASAN DAN PENYELESAIAN MASALAH KAMPANYE SOSIAL BAHAYA KUMAN YANG ADA DI TANGAN

II.1 Mencuci Tangan dan Manfaatnya

Tubuh yang kuat diperlukan pola hidup yang bersih, kebersihan merupakan kunci untuk hidup sehat. Mencuci tangan merupakan modal yang paling sederhana untuk hidup sehat, karena dengan cuci tangan akan terhindar dari penyakit. Dengan pola hidup bersih, ongkos berobat akibat terserang salah satu penyakit dapat diminimalisir. Membiasakan diri untuk cuci tangan baik sebelum dan sesudah melakukan aktivitas merupakan salah satu investasi untuk kemudian hari. (Dr. Handrawan Nadesul, Sehat itu Murah: 2011)

Menurut Dr. Novie Hediyani, MKK (2012) mengatakan di website dokterku-online.com adalah manfaatnya mencuci tangan bagi kesehatan tubuh tidak usah diragukan lagi. Mencuci tangan dengan menggunakan sabun dapat membasmi kuman-kumanyang dabat menyebabkan penyakit, sehingga dengan mencuci tangan dapat mencegah penularan penyakit infeksi. Karena penularan penyakit yang terbawa oleh tangan dapat terjadi ketika orang yang terinfeksi tidak mencuci tangan dengan baik dan benar kemudian langsung menyentuh atau mengolah makanan dan makanan tersebut dikonsumsi orang.

Dalam penelitian yang dipublikasikan oleh Cochrane Library Journal Oktober 2007 menyebutkan bahwa mencuci tangan dengan baik dan benar menggunakan air dan sabun merupakan salah satu cara yang cukup sederhana dan efektif untuk pencegahan timbulnya penyakit diare dan ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Atas) mulai dari virus flu sehari-hari hingga virus pandemik yang dapat mematikan, karena merupakan salah satu penyebab utama kematian pada anak-anak. Pada setiap tahunnya hampir sebanyak 3,5 juta anak-anak diseluruh dunia meninggal sebelum mencapai umur 5 tahun karena penyakit tersebut.

Mantan Menteri Kesehatan, Dr. dr. Siti Fadilah Supari mengatakan bahwa kebiasaan dari mencuci tangan hanya dengan air saja, tidak cukup untuk

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional

melindungi seseorang dari kuman penyakit yang menempel di tangan. Kebiasaan itu harus ditinggalkan. Mencuci tangan pakai sabun terbukti sangat efektif dalam membunuh kuman yang menempel di tangan. Gerakan nasional mencuci tangan pakai sabun dilakukan pada setiap tanggal 15 Oktober ini sebagai bentuk bagian dari kebijakan pemerintah untuk pengendalian risiko timbulnya penyakit yang berhubungan dengan lingkungan seperti diare dan penyakit cacingan.

"Tujuan utama dari mencuci tangan secara *higienis* adalah untuk menghalangi transmisi patogen-patogen kuman dengan cepat dan secara efektif." (*Carl A Osborne*, 2008).

Menurut Iswara (2007), mencuci tangan untukmengupaya peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sangatlah penting dan sangat mudah untuk dilakukan. Mencuci tangan sangat menjadi penting jika ditinjau dari beberapa hal yang harus dilakukan :

- Kulit tangan banyak kontak dengan berbagaibenda,aktivitas dan lingkungan.
- Kuman dapat terdapat di kulit jari, sela kuku, kulit telapak tangan.
- Kontak mulut dan tangan saat makan atau minum.
- Dapat menimbulkan penyakit saluran pencernaan.

Kegiatan mencuci tangan memakai sabun sebaiknya dilakukan sebelum dan setelah beraktifitas. Berikut ini adalah waktu yang tepat untuk mencuci tangan memakai sabun menurut Handayani , dkk (2000).

- Sebelum dan setelah makan.
- Sebelum dan setelah menyiapkan makanan, khususnya sebelum dan setelah memegang bahan mentah, seperti produk ternak dan ikan.
- Setelah memegang hewan atau kotoran hewan.
- Setelah mengusap hidung, atau bersin di tangan.
- Sebelum dan setelah memegang orang sakit atau orang yang terluka.
- Setelah menangani sampah.
- Setelah menggunakan fasilitas umum (toilet, warnet, dll).

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional

- Pulang bepergian dan setelah bermain.
- Sesudah buang air besar dan buang air kecil.

II.1.1 Bahaya Jika Tidak Mencuci Tangan

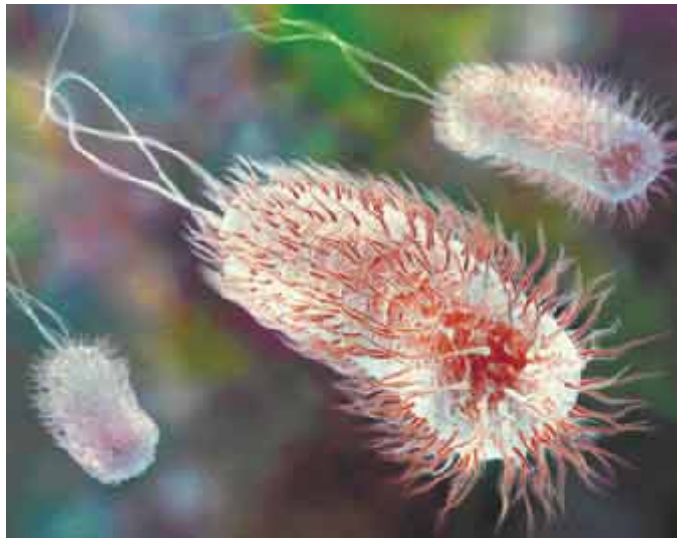
Disamping manfaat secara kesehatan yang telah terbukti, banyak orang tidak melakukannya sesering yang seharusnya bahkan setelah ke kamar mandi. Jika tidak mencuci tangan memakai sabun, kita dapat menginfeksi diri sendiri terhadap kuman dengan menyentuh mata, hidung atau mulut. Dan kita juga dapat menyebarkan kuman ke orang lain dengan menyentuh mereka atau dengan menyentuh permukaan yang mereka sentuh juga seperti handel pintu. Penyakit infeksi umumnya menyebar melalui kontak tangan ke tangan termasuk demam biasa (*common cold*), flu dan beberapa kelainan sistem pencernaan seperti diare. Kebersihan tangan yang tidak memenuhi syarat dapat berkontribusi akan menyebabkan penyakit terkait makan, seperti *Salmonella* dan infeksi *E. Coli(Escherichia coli)*. (CDC *and The American Society for Microbiology* (2005)).



Gambar II. 1 Bakteri *Salmonella*

Sumber : http://id.wikipedia.org/wiki/Berkas:SalmonellaNIAID.jpg

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional



Gambar II. 2 Bakteri *E.Coli*

Sumber : http://www.psychologymania.com/2012/08/penyakit-yang-disebabkan-oleh-bakteri.html

Berdasarkan riset dasar kesehatan 2007, diare merupakan penyebab kematian utama pada anak usia 1 hingga 4 tahun. "Oleh sebab itu setiap orang tua harus mewaspadai penyakit ini, terutama karena anak-anak dan balita memiliki daya tahan dan kekebalan tubuh yang masih rendah," jelas dokter spesialis gastroenterology anak FKUI-RSCM, dr. Muzal Kadim, Sp.A(K), di Jakarta, Sabtu.

II.1.2 Cara Mencuci Tangan Yang Baik

Menurut *Center's for Disease Control* (CDC) *and The American Society for Microbiology* (2005) pada websitenya http://www.cdc.gov/features/handwashing/ berikut langkah-langkah cuci tangan yang tepat:

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional



Gambar II.3Cara cuci tangan yag baik

Sumber : http://www.lifebuoy.co.id

1. Basahi tangan dengan air mengalir yang hangat, pakailah sabun secara rata.
2. Pakai sabun secukupnya pada tangan.
3. Gosokan kedua tangan minimal 20 detik, hingga merata ke jari-jemari.
4. Bilas dengan air yang mengalir.
5. Jika berada difasilitas umum, biarkan air tetap mengalir saat selesai. Saat tangan sudah kering, pakailah kertas tisu untuk menekan atau memutar keran.
6. Keringkan tangan dengan handuk bersih atau tisu sekali pakai.

II.2 Diare dan ISPA Sebagai Dampak Dari Kurangnya Kebiasaan Mencuci Tangan

Diare dan ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) merupakan penyakit yang cukub berbahaya, karena tingkat penderita diare dan ISPA ini menyerang sebagian besar anak-anak. Menurut Dr. Handrawan Nadesul (2006) penyakit yang dapat hinggap di tubuh akibat dari tidak mencuci tangan dengan baik dan benar. Beberapa penyakit yang dapat disebabkan karena kurang pedulinya terhadap kegiatan cuci tangan pakai sabun, diantaranya :

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional

II.2.1 Diare

Penyebab terjadinya diare disebabkan oleh infeksi bakteri atau virus. Jalur masuk bakteri atua virus tersebut melalui benda-benda yang dipegang, hewan, makanan, air dan udara yang menempel ditangan dan berinteraksi dengan mulut kedalam pencernaan. Kondisi di lingkungan merupakan factor utama karena menjadi habitat bagi bakteri atau virus.(WHO, 2003 hal 46)

Menurut Dr. Luszy Arijanty, SpAseorang ahli diare pada saat diwawancarai oleh medicastore.com mengatakan bahwa diare adalah suatu situasi atau kondisi dimana seseorang sedang mengalami buang air besaryang tidak normal sebanyak 3 kali atau lebih dalam satu harinya dan kotoran yang dikeluar berupa cairan encer, terkadang juga disertai darah atau lendir. Diare terbagi menjadi 2 berdasarkan jangka waktu terjadinya yaitu diare akut dan kronis. Diare akut biasanya terjadi bisa sampai 7 hari, kemudian diare berlanjut hingga 8-14 hari, sedangkan kronis dapat terjadi sampai lebih dari 2 minggu.

Di Indonesia, lebih banyak kasus diare akut dibandingkan yang kronis.Syarat disebut diare kalau ada perubahan bentuk feses (tinja) dan frekuensinya lebih dari 3 kali sehari. Kalau hanya salah satu, misalnya hanya tinjanya yang cair, belum bisa disebut diare. Penelitian menyebutkan bahwa berat feses (tinja) lebih dari 200 gram per hari boleh dibilang mengalami diare.

Sebagian besar (sekitar 90%) diare yang disebabkan oleh infeksi rotavirus. Sebagian kecil diare disebabkan, diare dapat disebabkan infeksi bakteri, parasit, jamur. Sebagian kecil lagi penyebab keracunan makanan, alergi, faktor psikologis yaitu stres. Penularanyang dapat menyebabkan diare ada tiga yaitu*Finger* (jari),*Food* (makanan) dan*Fly* (lalat). Anak-anak sering masukin tangan ke dalam mulut sehingga terkontaminasi virus.

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional

II.2.2Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA)

Penyakit pernafasan merupakan hal yang patut di perhatikan dalam segi kesehatan dikalangan anak-anak. Penyebab utama Infeksi Saluran Pernafasan Akut ini disebabkan oleh bakteri atau virus yang menyerang paru-paru yang membawa korban paling banyak. (WHO, 2003 hal 41)

Menurut Depkes (2001) ISPA merupakan singkatan dari Infeksi Saluran Pernafasan Akut, istilah ini mengadaptasi dari bahasa Inggris yaitu *Acute Respiratory Infections* (ARI). Merupakan salah satu penyakit infeksi yang menyerang salah satu bagian dari saluran nafas mulai dari hidung (saluran atas) hingga alveoli (saluran bawah). ISPA merupakan penyakit yang paling sering menyerang kepada anak, karena sistem kekebalan yang dimiliki oleh tubuh anak-anak masih rendah.

Penderita penyakit batuk pilek di Indonesia yang menyerag balita diperkirakan 3 sampai 6 kali per tahunnya, dapat dihitung seorang balita rata-rata akan mendapat serangan batuk pilek sebanyak 3 sampai 6 kali dalam setahunnya. Istilah ISPA meliputi tiga unsur yaitu infeksi, saluran pernafasan dan akut, dimana pengertiannya sebagai berikut :

A. Infeksi

Adalah masuknya kuman atau mikroorganisme ke dalam tubuh manusia dan berkembang biak sehingga menimbulkan gejala penyakit.

B. Saluran pernafasan

Adalah organ mulai dari hidung hingga alveoli beserta organ adneksanya seperti sinus-sinus, rongga telinga tengah dan pleura.

C. Infeksi Akut

Adalah Infeksi yang langsung sampai dengan 14 hari. Batas 14 hari diambil untuk menunjukkan proses akut meskipun untuk beberapa penyakit yang dapat digolongkan dalam ISPA proses ini dapat berlangsung lebih dari 14 hari.

ISPA mencakup saluran pernafasan bagian atas, saluran pernafasan bagian bawah (termasuk jaringan paru–paru) dan organ adneksa saluran

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional

pernafasan.Dengan batasan ini, jaringan paru termasuk dalam saluran pernafasan.Sebagian besar dari infeksi saluran pernafasan ini hanya bersifat ringan seperti batuk pilek dan tidak memerlukan pengobatan, namun anak akan menderita pneumoni bila infeksi pernafasan ini tidak segera diobati dengan antibiotic karena dapat mengakibat kematian. Program Pemberantasan Penyakit (P2) ISPA membagi penyakit ISPA dalam 2 golongan yaitu :

- ISPA non-Pneumonia : dikenal masyarakat dengan istilah batuk pilek.
- ISPA Pneumonia : apabilabatuk pilek disertai gejala lain seperti kesukaran bernapas, peningkatan frekuensi nafas (nafas cepat).

Secara umum efek pencemaran udara terhadap saluran pernafasan dapat menyebabkan pernafasan di hidung akan menjadi lambat dan kaku bahkan dapat berhenti sehingga tidak dapat membersihkan saluran pernafasan akibat iritasi yang disebabkan oleh bakteri atau kuman. Produksi lendir akan semakin meningkat sehingga dapat menyebabkan penyempitan saluran pernafasan dan rusaknya sel pembunuh bakteri di saluran pernafasan. Akibatnya dari hal tersebut akan menyebabkan sulitnya bernafas sehingga benda asing tertarik dan bakteri lain tidak dapat dikeluarkan pada saat bernafas dari saluran pernafasan, hal ini akan memudahkan terjadinya infeksi saluran pernafasan.

Menurut WHO, munculnya gejala pilek terjadi juga pada penyakit *common cold* disebabkan oleh infeksi kelompok virus jenis *rhinovirus* atau *coronavirus*. Penyakit ini dapat disertai dengan demam pada anak selama beberapa jam sampai tiga hari. Sedangkan pencemaran udara diduga menjadi salah satu penyebab timbulnya infeksi virus pada saluran nafas bagian atas. ISPA dapat ditularkan melalui air ludah, darah, bersin, udarapernafasan yang mengandung kuman yang terhirup oleh orang sehat kesaluran pernafasannya.

II.3 Opini Orang Tua Dan Anak-Anak Tentang Cuci Tangan

Kebiasaan atau adat merupakan salah satu prilaku yang susah untuk dirubah karena sudah melekat dengan sendirinya, seperti kebiasaan orang tua dan anak-anak yang tidak mencuci tangan sebelum atau sesudah makan. Pemahaman akan pentingnya mencuci tangan di masyarakat masih terbalik, karena menurut

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional

kebanyakan orang tidak melakukan kegiatan cuci tangan tidak akan mengakibatkan hal yang buruk, hal ini terbukti dari kebiasaan yang ada di masyarakat yaitu setelah makan baru mereka cuci tangan. Hal tersebut sangat terbalik dan harus dirubah karena kebiasaan itu sangat buruk, sama juga halnya dengan anak-anak agar mencuci tangan terlebih dulu baru kemudian makan, setelah beraktifitas apapun sebaiknya cuci tangan dahulu.Kecendrungan masyarakat yang terlalu meremehkan kebiasaan cuci tangan sebelum makan, padahal dengan melakukan cuci tangan dapat menurunkan resiko terkena penyakit diare 45 persen.

Jika para orang tua sudah memiliki kesadaran cuci tangan maka dapat menurunkan resiko 30 persen, dan jika orang tua dan anak-anak sudah memiliki kebiasaan cuci tangan memakai sabun, maka akan menurunkan resiko terkena penyakit sampai 45 persen, juga jika menggunakan air bersih dengan baik 19 persen, dan jika ketiga-tiganya dilakukan maka dapat menurunkan resiko terkena penyakit sebesar 94 persen. Oleh karena itu, orang tua dan anak–anak yang kurang memperdulikan kebersihan tangannya baik sebelum atau sesudah beraktivitas karena menurut kebanyakan orang tua tidak mencuci tangan pun masih sehat.

II.4 Kesimpulan dan Solusi

Berdasarkan dari masalah yang sudah dijelaskan di awal, dilakukannya penelitian tentang Kampanye Sosial Bahaya Kuman Yang Ada Di Tangan ternyata memerlukan media persuasi yang merupakan salah satu cara untuk merubah kebiasaan yang dapat merugikan kesehatan.Cuci tangan terlebih dahulu dengan menggunakan sabun merupakan upaya kegiatan untuk meminimalisir terjadinya terserang penyakit diare da ISPA agar orang tua dan anak-anak mengerti betapa pentingnya cuci tangan dan tergerak untuk hidup sehat sejak usia dini.

Created with nitroPDF professional
download the free trial online at nitropdf.com/professional