

Penerapan Teori Behavior Untuk Meningkatkan Kebiasaan Cuci Tangan Melalui Penyediaan Fasilitas Wastafel Di Sentra Budi Perkasa Palembang

Diajeng Pravita Ningrum, Vionita Yolanda, Vani Ramadhanti, Desi Puspita Sari, Muhammad Tomi Nizam, Hidayah Indriati Wibisono
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Fakultas Psikologi
Corresponding Email: diajengpravita@gmail.com

INFO ARTICLE

Keywords

Behavioral Theory
Handwashing
Health Education

Kata kunci

Teori Behavior
Mencuci Tangan
Edukasi Kesehatan

ABSTRACT

Handwashing is an effective way to prevent infectious diseases, yet it is not widely practiced in Indonesia, including at Sentra Budi Perkasa Palembang Dormitory where children, the elderly, and people with disabilities often neglect proper hygiene. This community service aimed to improve handwashing habits using behaviorist theory by providing simple facilities and health education. Six residents participated in activities such as site surveys, installing a bucket-tap sink, learning WHO's six steps of handwashing, joint practice, and evaluation. Results showed improved habits, especially before meals, after toilet use, and after outdoor activities. Supporting factors included facility availability, education, and reinforcement through praise and social support. Challenges remain in water supply and sustaining reinforcement. Overall, applying behavioral theory through environmental stimuli and social reinforcement proved effective in shaping hygienic behavior, highlighting its academic contribution and relevance in promoting clean living among vulnerable groups.

ABSTRAK

Cuci tangan merupakan cara yang efektif untuk mencegah penyakit menular, namun belum banyak dilakukan di Indonesia, termasuk di Asrama Sentra Budi Perkasa Palembang di mana anak-anak, lansia, dan penyandang disabilitas sering mengabaikan kebersihan yang baik. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kebiasaan cuci tangan menggunakan teori behaviorisme dengan menyediakan fasilitas sederhana dan pendidikan kesehatan. Enam penghuni berpartisipasi dalam kegiatan seperti survei lokasi, memasang wastafel keran ember, mempelajari enam langkah cuci tangan WHO, praktik bersama, dan evaluasi. Hasilnya menunjukkan adanya perbaikan kebiasaan, terutama sebelum makan, setelah menggunakan toilet, dan setelah beraktivitas di luar ruangan. Faktor pendukung meliputi ketersediaan fasilitas, pendidikan, dan penguatan melalui pujian dan dukungan sosial. Tantangan yang ada masih terkait dengan penyediaan air dan penguatan yang berkelanjutan. Secara keseluruhan, penerapan teori perilaku melalui stimulus lingkungan dan penguatan sosial terbukti efektif dalam membentuk perilaku higienis, yang menyoroti kontribusi akademis dan relevansinya dalam mempromosikan hidup bersih di antara kelompok rentan.

Pendahuluan

Kebiasaan mencuci tangan merupakan tindakan sederhana namun memiliki peran besar dalam mencegah penularan berbagai penyakit menular. Menurut World Health Organization (WHO), praktik mencuci tangan dengan sabun dapat menurunkan risiko diare hingga 42% dan infeksi saluran pernapasan hingga 23% (Imur, 2021). Meski manfaatnya telah terbukti, perilaku ini belum sepenuhnya membudaya di Indonesia. Sebuah penelitian di Banyuwangi menunjukkan hanya 52% siswa sekolah dasar yang rutin mencuci tangan dengan baik (Imur, 2021). sementara penelitian di Malang menemukan 42,6% orang dewasa masih memiliki kebiasaan mencuci tangan yang kurang tepat (Dona, 2019).

Situasi yang sama dapat ditemukan di Sentra Budi Perkasa Palembang, terutama di Asrama Rentan yang dihuni oleh anak-anak, orang tua, dan penyandang disabilitas. Melihat dari pengamatan awal, kebanyakan penghuni belum terbiasa untuk mencuci tangan sebelum makan jajan, setelah memegang mainan, maupun setelah melakukan aktivitas di luar. Sebenarnya, anak-anak biasanya hanya mencuci tangan jika diingatkan, sementara orang dewasa lebih sering melewatkan aktivitas ini. Di samping itu, keterbatasan fasilitas seperti wastafel dan sabun mengakibatkan praktik mencuci tangan tidak dilakukan secara konsisten.

Mencuci tangan dengan sabun dan air memiliki keunggulan dibandingkan hanya menggunakan pembersih tangan berbasis alkohol. Sabun dan air mampu membersihkan hampir semua jenis kuman secara efektif, sedangkan pembersih tangan berbasis alkohol hanya dapat menghilangkan sebagian jenis bakteri. Penggunaan pembersih tangan juga sebaiknya dilakukan ketika kondisi tangan tidak terlalu kotor atau berminyak. Selain itu, beberapa zat berbahaya seperti pestisida, logam berat, maupun patogen tertentu seperti *Norovirus*, *Cryptosporidium*, dan *Clostridioides difficile* tidak dapat dihilangkan hanya dengan pembersih tangan berbasis alkohol (Tuladhar, 2015)

Penyediaan fasilitas cuci tangan dilaksanakan di Sentra Budi Perkasa Palembang yang memiliki mandat sebagai Unit Pelaksana Teknis (UPT) Kementerian Sosial berbasis layanan Asistensi Rehabilitasi Sosial (Atensi) bagi anak, lansia, penyandang disabilitas, serta korban bencana (Kemensos RI, 2022). Fasilitas tersebut ditempatkan khususnya di Asrama Rentan, yaitu asrama yang diperuntukkan bagi individu dengan kondisi kesehatan lemah atau sedang menjalani perawatan. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, ditemukan bahwa masih banyak anak maupun orang dewasa di lingkungan tersebut yang cenderung mengabaikan kebiasaan mencuci tangan, meskipun hal ini merupakan langkah penting dalam menjaga kebersihan dan mencegah penularan penyakit.

Program ini tidak hanya berfokus pada penyediaan fasilitas, tetapi juga mencakup edukasi kepada penghuni asrama mengenai pentingnya mencuci tangan serta tata cara yang benar sesuai anjuran kesehatan. Edukasi ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran sekaligus membiasakan perilaku hidup bersih yang konsisten di lingkungan Asrama Rentan.

Dalam hal ini, teori behavioristik relevan untuk menjelaskan bagaimana kebiasaan mencuci tangan dapat dibentuk melalui pengaruh lingkungan. Teori ini menekankan bahwa perilaku manusia terbentuk dari interaksi antara stimulus (rangsangan) dan respons (tindakan). Penyediaan fasilitas cuci tangan yang mudah diakses dan menarik dapat menjadi stimulus yang mendorong penghuni asrama untuk melakukan cuci tangan. Selain itu, teori behavioristik juga mengenal prinsip *reinforcement* (penguatan) (Mu'minin, 2022).

Di Asrama Rentan, *reinforcement* dapat diberikan melalui penguatan positif, misalnya dukungan dari petugas asrama, saling mengingatkan antar penghuni, atau pujian sederhana ketika seseorang mempraktikkan cuci tangan dengan benar. Dengan adanya stimulus yang mendukung serta *reinforcement* yang konsisten, perilaku mencuci tangan dapat terbentuk, dipertahankan, dan berkembang menjadi kebiasaan.

Penyediaan fasilitas Wastafel di Asrama Rentan, Sentra Budi Perkasa dirancang secara sederhana dengan memanfaatkan ember yang dilengkapi keran. Untuk menambah kerapian dan menarik minat pengguna, fasilitas tersebut dicat sehingga tampil lebih estetis. Selain itu, fasilitas ini juga dilengkapi dengan sabun agar praktik cuci tangan dapat terlaksana secara optimal dalam mendukung perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan demikian, Program ini dibuat dengan tujuan untuk membiasakan perilaku mencuci tangan melalui prinsip penguatan sesuai teori behavioristik, serta meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat melalui penyediaan fasilitas cuci tangan.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif (Nasution, 2023) dengan tujuan memperoleh gambaran mengenai implementasi edukasi kesehatan dan intervensi lingkungan berbasis teori behavior untuk meningkatkan kebiasaan cuci tangan pada penghuni Asrama Rentan Sentra Budi Perkasa Palembang.

1. Lokasi dan Waktu

Kegiatan dilaksanakan di Asrama Rentan Sentra Budi Perkasa Palembang pada tanggal 15 Agustus 2025.

2. Subjek

Subjek kegiatan adalah enam orang penghuni asrama rentan yang terlibat secara langsung dalam kegiatan edukasi dan praktik cuci tangan.

3. Tahapan Kegiatan

Tahapan kegiatan dilaksanakan melalui empat langkah berikut:

A. Survey Lokasi

Survey dilakukan melalui observasi awal (Sugiyono, 2019) untuk menentukan titik strategis penempatan wastafel sekaligus mengamati kondisi awal kebiasaan cuci tangan penghuni asrama.

B. Persiapan Sarana

Tim menyiapkan fasilitas berupa wastafel sederhana dari ember yang dimodifikasi dengan pemasangan keran air. Wastafel dihias agar menarik

serta dilengkapi dengan sabun cair yang mudah dijangkau oleh penghuni asrama.

C. Edukasi Kesehatan

Edukasi diberikan kepada penghuni asrama mengenai pentingnya mencuci tangan dengan sabun, waktu yang tepat untuk mencuci tangan, serta dampak kesehatan apabila kebiasaan ini diabaikan. Kegiatan edukasi dilengkapi dengan demonstrasi enam langkah mencuci tangan menurut pedoman WHO (Sugiarto, 2019), yaitu:

1. Menuangkan sabun ke telapak tangan lalu menggosok kedua telapak tangan dengan arah memutar;
2. Mengusap dan menggosok punggung tangan secara bergantian;
3. Menggosok sela-sela jari hingga bersih;
4. Membersihkan ujung jari dengan posisi saling mengunci;
5. Menggosok dan memutar kedua ibu jari secara bergantian;
6. Meletakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian menggosok perlahan.

D. Praktik Bersama

Setelah memperoleh edukasi, seluruh penghuni asrama diajak mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar menggunakan fasilitas yang telah disediakan. Praktik dilakukan bersama-sama dengan pendampingan dari tim pelaksana agar sesuai dengan pedoman WHO.

E. Metode Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif melalui pengamatan langsung terhadap partisipasi, keterlibatan, serta respon penghuni asrama selama proses edukasi dan praktik berlangsung. Hasil pengamatan kemudian dideskripsikan secara naratif untuk menggambarkan perubahan perilaku dan kesadaran akan pentingnya mencuci tangan.

Hasil dan Diskusi

Kegiatan penerapan teori behavior dalam meningkatkan kebiasaan mencuci tangan di Asrama Rentan Sentra Budi Perkasa Palembang dilakukan melalui beberapa tahap. Tahap awal dimulai dengan survei lokasi untuk menentukan posisi strategis penempatan fasilitas. Selanjutnya tim membuat sarana cuci tangan sederhana dari ember yang dimodifikasi menjadi wastafel dengan keran, dihias agar menarik perhatian, serta dilengkapi sabun cair agar mudah digunakan. Setelah fasilitas terpasang, penghuni asrama diberi penyuluhan mengenai pentingnya mencuci tangan, kapan waktu yang tepat melakukannya, serta praktik enam langkah cuci tangan sesuai panduan WHO. Edukasi kemudian diikuti dengan kegiatan praktik bersama, di mana penghuni mencoba langsung fasilitas tersebut dengan bimbingan tim pelaksana.

Gambar 1. Praktik cuci tangan menggunakan wastafel sederhana**Gambar 2. Edukasi kesehatan tentang pentingnya mencuci tangan**

Observasi lapangan memperlihatkan adanya perubahan kebiasaan mencuci tangan yang cukup nyata pada penghuni Asrama Rentan Sentra Budi Perkasa Palembang. Sebelum program dijalankan, baik anak-anak maupun orang dewasa jarang melakukan cuci tangan meskipun setelah aktivitas yang berisiko menularkan kuman. Namun, setelah dipasang fasilitas wastafel sederhana yang dimodifikasi serta diberi edukasi tentang enam langkah mencuci tangan sesuai pedoman WHO, terlihat peningkatan perilaku mencuci tangan, khususnya sebelum makan, setelah menggunakan toilet, dan setelah beraktivitas di luar ruangan.\

Respon penghuni asrama juga menunjukkan sikap yang positif. Anak-anak merasa tertarik menggunakan wastafel karena tampilannya berwarna dan berbeda dari biasanya, sedangkan penghuni dewasa tampak lebih teratur dan saling mengingatkan dalam menjaga kebersihan tangan. Dukungan dari petugas asrama serta pemberian pujian sederhana semakin mendorong terbentuknya perilaku baru ini.

Dari hasil analisis data, ditemukan beberapa faktor pendukung yang mempercepat perubahan kebiasaan, yakni: (1) ketersediaan sarana cuci tangan yang mudah dijangkau; (2) edukasi mengenai pentingnya kebersihan tangan; dan (3) penguatan berupa dorongan sosial serta apresiasi dari lingkungan sekitar. Meski demikian, masih terdapat kendala seperti sebagian anak yang kadang lupa mencuci tangan tanpa pengingat, pasokan air bersih yang belum selalu stabil, serta perlunya perawatan rutin agar fasilitas tetap berfungsi dengan baik.

Perubahan perilaku ini dapat dijelaskan melalui teori behavior, di mana stimulus berupa ketersediaan sarana memunculkan respon berupa tindakan mencuci tangan, kemudian diperkuat melalui reinforcement berupa pujian atau dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan temuan Dona (2019) yang menekankan bahwa penyediaan fasilitas sederhana mampu mendorong masyarakat untuk berperilaku higienis. Penelitian Githinji (2022) juga menguatkan hasil tersebut, bahwa intervensi kesehatan yang menggabungkan edukasi dan sarana fisik lebih efektif dalam membentuk perilaku dibandingkan edukasi saja.

Analisis lebih lanjut memperlihatkan bahwa keberhasilan program ini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisik berupa fasilitas, tetapi juga oleh reinforcement sosial yang konsisten. Hal ini mendukung pandangan Skinner bahwa penguatan positif memiliki peran krusial dalam pembentukan perilaku baru. Meski demikian, masih ada hambatan yang perlu diperhatikan, seperti keterbatasan sumber daya air dan potensi menurunnya konsistensi perilaku apabila reinforcement tidak berlanjut.

Dengan demikian, penerapan teori behavior melalui kombinasi sarana sederhana dan edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran serta kebiasaan mencuci tangan di lingkungan asrama. Selain memberi manfaat langsung berupa meningkatnya perilaku hidup bersih, program ini juga berkontribusi pada upaya pencegahan penyakit menular. Walaupun penelitian ini memiliki keterbatasan dari sisi cakupan lokasi dan durasi kegiatan, hasilnya dapat menjadi pijakan untuk program serupa dengan lingkup yang lebih luas dan berkesinambungan.

Kesimpulan

Program penerapan teori behavior melalui penyediaan fasilitas cuci tangan sederhana dan edukasi kesehatan terbukti mampu meningkatkan kebiasaan mencuci tangan pada penghuni Asrama Rentan Sentra Budi Perkasa Palembang. Perubahan perilaku terlihat dari meningkatnya konsistensi mencuci tangan sebelum makan, setelah beraktivitas, dan setelah menggunakan toilet. Faktor pendukung yang memperkuat perubahan tersebut antara lain ketersediaan fasilitas yang mudah dijangkau, edukasi tentang pentingnya kebersihan tangan, serta reinforcement berupa pujian dan dukungan sosial dari lingkungan sekitar.

Meskipun demikian, program ini memiliki keterbatasan, seperti ketergantungan pada ketersediaan air bersih, perlunya perawatan rutin terhadap fasilitas, serta risiko penurunan konsistensi perilaku jika reinforcement tidak dilakukan secara berkelanjutan. Faktor eksternal seperti budaya kebersihan di masyarakat sekitar juga berpotensi memengaruhi keberlanjutan hasil program. Analisis kritis ini menunjukkan bahwa keberhasilan penerapan teori behavior perlu diikuti dengan strategi pendukung jangka panjang agar perubahan perilaku dapat lebih lestari.

Secara akademis, artikel ini memberikan kontribusi dengan menegaskan relevansi teori behavioristik, khususnya prinsip stimulus dan *reinforcement* dalam konteks pengabdian masyarakat. Novelty penelitian terletak pada penerapan teori behavior untuk membentuk kebiasaan mencuci tangan melalui intervensi sederhana

berbasis fasilitas dan edukasi kesehatan di lingkungan rentan. Hal ini menunjukkan bahwa teori psikologi tidak hanya bersifat konseptual, tetapi juga dapat diimplementasikan secara praktis untuk mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di masyarakat.

Deklarasi

Kontribusi penulis. Seluruh penulis berkontribusi secara seimbang dalam perencanaan, pelaksanaan kegiatan, pengumpulan data, analisis, hingga penyusunan artikel PKM ini. Penulis bersama-sama bertanggung jawab terhadap keaslian karya dan telah menyetujui naskah ini untuk dipublikasikan.

Pernyataan pendanaan. Kegiatan ini tidak menerima pendanaan dari lembaga, organisasi, maupun donatur manapun.

Konflik kepentingan. Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian, pelaksanaan kegiatan, maupun penyusunan artikel ini.

Informasi tambahan. Tidak ada informasi tambahan yang tersedia untuk makalah ini.

Referensi

- Dona, M. E., & Supriyadi, A. J. K. (2019). Hubungan pengetahuan tentang hygiene perseorangan dengan kejadian demam typhoid di puskesmas satelit Bandar Lampung dapat dikatakan sebagai hubungan yang erat dan penting. *Nursing News*, 4(1), 269–279.
- Githinji, P., Dawson, J. A., Appiah, D., & Rethorst, C. D. (2022). A Culturally Sensitive and Theory-Based Intervention on Prevention and Management of Diabetes: A Cluster Randomized Control Trial. *Nutrients*, 14(23). <https://doi.org/10.3390/nu14235126>
- Imur, T. (2021). *E Xplorasi P Erilaku M Encuci T Angan a Nak U Sia S Ekolah D Alam P Encegahan I Nfkesi C Ovid -19 D I B Anyuwangi*, *J Awa*. 12(2), 200–207.
- Kemensos RI. (2022). Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2022 Tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis di Lingkungan Direktorat Jenderal Rehabilitasi Sosial. *Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia*, 273, 1–16.
- Mu'minin, U. (2022). *Konsep dan karakteristik psikologi behaviorisme*. 115–126.
- Pawan, A., Mubaraqqa, A., Asthary, D., Rimbe, M., Nurdin, M., Studi, P., Jasmani, P., Dan, K., Keolahragaan, F. I., Studi, P., Teknik, P., Dan, I., Teknik, F., Studi, P., Ilmu, P., Sosial, P., Sosial, F. I., & Makassar, U. N. (2023). Peduli Terhadap Masyarakat dengan Pemasangan Fasilitas Cuci Tangan di Pasar Mamasa Guna Mencegah Penyebaran Covid-19. *Jurnal Lepa-Lepa*, 1.
- Setiawan, S., & Dewi, P. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Oleh Perawat Terhadap Ketepatan Pasien Melakukan Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Di Puskesmas Rembang Kabupaten Purbalingga. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(1), 103–113. <https://doi.org/10.55681/sentri.v1i1.204>
- Sugiarto, S., Berliana, N., Yenni, M., & Wuni, C. (2019). Peningkatan Pengetahuan Siswa tentang Cuci Tangan yang Baik dan Benar di SDN 37/I Kecamatan

- Bajubang. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 1(2), 59.
<https://doi.org/10.30644/jphi.v1i2.266>
- Tuladhar, E., Hazeleger, W. C., Koopmans, M., Zwietering, M. H., Duizer, E., & Beumer, R. R. (2015). Reducing viral contamination from finger pads: handwashing is more effective than alcohol-based hand disinfectants. *The Journal of Hospital Infection*, 90(3), 226–234.
<https://doi.org/10.1016/j.jhin.2015.02.019>
-