

Peningkatan PHBS melalui Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) pada Pekerja Pabrik Makanan Ringan Kahiji Snack Kota Tasikmalaya

Wulan Sundari^{1*}, Anuy Nurofiat², Adis Anindya Rahmadhani³, Rini Handriani⁴, Nening Siti Khoeriah⁵, Nazwa Rahmadina G⁶, Alia Dwi Andini⁷, Nadia Febriana⁸

¹⁻⁸ Universitas Siliwangi, Indonesia

*wulanes19@gmail.com

Alamat Kampus: Jl. Siliwangi No.24, Kahuripan, Kec. Tawang, Kab. Tasikmalaya, Jawa Barat 46115

Korespondensi Penulis; wulanes19@gmail.com

Article History:

Received: February 12, 2025;

Revised: March 18, 2025;

Accepted: May 01, 2025;

Published: May 09, 2025;

Keywords:

Handwashing, Counseling, Clean and Healthy Behavior, Food Industry

Abstract: Handwashing with soap is a fundamental sanitation practice proven effective in preventing the spread of various infectious diseases. In the workplace, particularly in the food industry, the implementation of handwashing with soap is essential to protect workers' health and ensure product quality and safety. Observations at the Kahiji Snack factory in Tasikmalaya City indicated that the practice of handwashing with soap remains relatively low. To address this issue, counseling sessions and the installation of educational posters were conducted to enhance workers' knowledge and awareness of clean and healthy behavior in the workplace. The methods used included an initial survey, interviews, educational sessions, and the distribution of posters and hand soap. The Wilcoxon test results showed a significant improvement in workers' knowledge, with an average post-test score of 9.86 compared to the pre-test score of 6.57 ($p = 0.041$).

Abstrak

Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merupakan tindakan sanitasi dasar yang terbukti efektif dalam mencegah penyebaran penyakit menular. Dalam lingkungan kerja, khususnya pada industri makanan, penerapan Cuci Tangan Pakai Sabun sangat penting dilakukan untuk melindungi kesehatan pekerja dan menjamin kualitas serta keamanan produk. Hasil pengamatan di pabrik makanan ringan Kahiji Snack di Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa implementasi Cuci Tangan Pakai Sabun masih tergolong rendah. Untuk mengatasi permasalahan ini, dilakukan penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun dan pemasangan poster yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan kerja Pabrik Kahiji Snack. Metode yang digunakan meliputi survey awal, wawancara, penyuluhan, serta pemberian poster dan sabun cuci tangan. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan pekerja dengan rata-rata nilai *post-test* 9,86 dibandingkan *pre-test* 6,57 ($p = 0,041$).

Kata Kunci: CTPS, Penyuluhan, PHBS, Pabrik Makanan Ringan

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya untuk memberikan pengalaman belajar sekaligus menciptakan lingkungan yang mendukung bagi individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan untuk menerapkan pola hidup sehat demi menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatan (Gani, 2015 dalam Yeni et al., 2021). Menurut World Health Organization (WHO), setiap tahun sekitar 2,2 juta orang di negara-negara berkembang meninggal akibat penyakit yang berkaitan dengan buruknya kualitas air minum, sanitasi, dan kebersihan. Di Indonesia sendiri, akses terhadap pelayanan sanitasi yang layak masih menjadi tantangan. Negara ini menempati urutan ketiga dalam hal pelayanan sanitasi tidak layak, padahal ketersediaan air bersih, sistem sanitasi memadai, serta pengelolaan sampah yang baik dapat menurunkan angka kematian akibat diare hingga 65% dan penyakit lainnya sebesar 26% (Setyorini, 2015 dalam Yeni et al., 2021).

Salah satu indikator penting dalam PHBS adalah kebiasaan mencuci tangan pakai sabun (CTPS). CTPS merupakan tindakan sanitasi dasar yang terbukti efektif dalam mencegah penyebaran berbagai penyakit menular. Kebiasaan ini tidak hanya menghilangkan kotoran yang tampak pada tangan, tetapi juga mampu membersihkan mikroorganisme patogen yang tidak terlihat oleh mata. WHO dan UNICEF (2020) menyebutkan bahwa CTPS yang dilakukan secara rutin dapat menurunkan risiko diare sebesar 30% dan infeksi saluran napas atas sebesar 20%.

Dalam lingkungan kerja khususnya pada pengolahan makanan ringan, penerapan PHBS sangat penting, tidak hanya untuk melindungi kesehatan pekerja tetapi juga menjamin kualitas dan keamanan produk yang dihasilkan. Penerapan CTPS yang konsisten dapat mencegah kontaminasi silang dan mendorong terciptanya lingkungan produksi yang higienis. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pelatihan dan penyuluhan tentang CTPS mampu meningkatkan kesadaran serta pengetahuan pekerja tentang pentingnya menjaga kebersihan tangan. Dampaknya terlihat dari perubahan perilaku menuju kebiasaan hidup bersih yang lebih konsisten (Yusriani et al., 2022)

Namun, hasil pengamatan di lapangan, seperti di pabrik makanan ringan Kahiji Snack Kota Tasikmalaya, menunjukkan bahwa implementasi PHBS masih tergolong rendah. Sebagian besar pekerja tidak menggunakan alat pelindung diri (APD) seperti masker dan sarung tangan selama proses produksi, dan beberapa di antaranya hanya mencuci tangan dengan air tanpa menggunakan sabun. Kondisi ini menunjukkan rendahnya tingkat kesadaran terhadap pentingnya kebersihan tangan dan perlindungan diri di tempat kerja, yang berpotensi meningkatkan risiko penyebaran

penyakit maupun pencemaran produk.

Melihat permasalahan tersebut, diperlukan intervensi berupa penyuluhan yang bersifat edukatif dan aplikatif. Penyuluhan CTPS menjadi salah satu strategi efektif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, serta perilaku pekerja dalam menerapkan PHBS. Strategi ini dapat dilakukan melalui pendekatan sederhana namun terstruktur, seperti pelatihan langsung, kemudian pemasangan media edukasi visual misalnya poster dan penerapan standar operasional prosedur (SOP) tentang kebersihan diri. Upaya ini diharapkan tidak hanya mampu meningkatkan praktik CTPS di lingkungan kerja, tetapi juga menciptakan suasana kerja yang bersih, sehat, dan produktif secara berkelanjutan.

2. METODE

Upaya pemberdayaan kepada para pekerja Pabrik Kahiji Snack untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan kerja dengan melalui kegiatan penyuluhan cuci tangan pakai sabun (CTPS) sebagai upaya preventif dalam pencegahan penyakit menular dan pemasangan media berupa poster untuk bahan edukasi lanjutan. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran bagi para pekerja pabrik Kahiji Snack untuk menerapkan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun sebelum dan sesudah bekerja

3. HASIL

Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merupakan prosedur sanitasi dasar yang wajib diterapkan dalam industri makanan menurut Peraturan Menteri Kesehatan No. 2 Tahun 2023. Sabun dan air mengalir menjadi sarana dalam CTPS yang efektif dalam menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit dan secara bermakna mengurangi jumlah mikroorganisme penyebab penyakit seperti virus, bakteri dan parasit lainnya pada kedua tangan (Feby Elvira, et. all, 2021). Dengan ini, penyuluhan mengenai pentingnya CTPS perlu diberikan kepada para pekerja terutama di pabrik pengolahan makanan agar mereka memahami bahwa mencuci tangan dengan sabun lebih efektif membunuh kuman daripada mencuci tangan dengan air saja (Asmalinda et al., 2022)

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat khususnya kepada pekerja yang dilakukan di Pabrik Kahiji Snack menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan pekerja setelah diberikan penyuluhan. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perbedaan skor rata-rata *pre-test* dan *post-test*. Nilai rata-rata *pre-test* sebesar 6,57 (SD = 2,992) meningkat menjadi 9,86 (SD = 0,378) pada *post-test*.

Tabel 1. Hasil Uji Wilcoxon

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Rata-rata	<i>p-value</i>
<i>Pre-test</i>	7	3	10	6,57	0,041
<i>Post-test</i>	7	9	10	9,86	

Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan pekerja Kahiji Snack, dengan rata-rata nilai *post-test* sebesar 9,86 dibandingkan dengan *pre-test* yang hanya 6,67 ($p=0,041$). Berdasarkan analisis lebih lanjut, sebanyak 5 responden mengalami peningkatan nilai, sementara 2 responden memiliki nilai yang sama antara *pre-test* dan *post-test*, dan tidak ada responden yang mengalami penurunan nilai. Hal ini mengindikasikan bahwa pelatihan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan pekerja terkait materi yang disampaikan.

Peningkatan ini tidak hanya terlihat dari skor rata-rata, tetapi juga dari distribusi nilai minimum dan maksimum. Sebelum pelatihan, nilai terendah adalah 3 dan tertinggi 10, sedangkan setelah pelatihan nilai terendah meningkat menjadi 9 dan tertinggi tetap 10. Perbaikan ini menunjukkan bahwa hampir seluruh peserta mencapai tingkat pemahaman yang sangat baik setelah intervensi dilakukan.

4. DISKUSI

Penyuluhan mengenai pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di pabrik makanan ringan Kahiji Snack diawali dengan pengisian *pre-test* oleh para pekerja untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mereka mengenai praktik CTPS.



Gambar 1. Pengisian *Pre-test*

Setelah itu, dilakukan pemberian materi edukatif mengenai pengertian CTPS, tujuan dan manfaat CTPS, langkah-langkah mencuci tangan yang benar sesuai standar Kementerian Kesehatan RI, sarana CTPS serta peran CTPS dalam menjaga mutu dan keamanan pangan. Materi disampaikan secara interaktif agar lebih mudah dipahami dan diingat oleh peserta.



Gambar 2. Pematerian CTPS

Kegiatan dilanjutkan dengan sesi praktik langsung Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), di mana para pekerja diberi kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung enam langkah mencuci tangan yang benar sesuai standar Kementerian Kesehatan RI. Praktik ini didampingi langsung oleh pemateri untuk memastikan setiap langkah dilakukan dengan benar.

Berikut 6 langkah dalam Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) menurut Kementerian Kesehatan RI:

1. Bersihkan tangan, gosok sabun pada kedua telapak tangan dengan arah memutar.
2. Gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian.
3. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih.
4. Bersihkan ujung jari dengan posisi saling mengunci.
5. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian.
6. Gosok telapak tangan menggunakan ujung jari dan bilas hingga bersih.



Gambar 3. Praktik CTPS

Pada tahap akhir, peserta kembali diminta mengisi *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan terkait materi cuci tangan pakai sabun (CTPS) setelah mengikuti sesi penyuluhan dan praktik.



Gambar 4. Praktik CTPS

Dalam penyuluhan ini, kami juga menyertakan poster edukatif mengenai 6 langkah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebagai alat bantu visual yang strategis. Poster tersebut dipasang di area ruang produksi dengan tujuan untuk mengingatkan dan mengajarkan pekerja cara mencuci tangan yang benar secara berulang dan mudah dipahami. Selain itu, kami juga memberikan sabun cair sebagai salah satu sarana pendukung dalam pelaksanaan CTPS. Pemberian sabun ini tidak hanya menjadi bagian dari praktik edukatif, tetapi juga sebagai contoh konkret yang dapat ditiru oleh pemilik pabrik, agar senantiasa menyediakan fasilitas mencuci tangan bagi seluruh pekerja.



Gambar 5. Penyerahan Poster CTPS dan Sabun Cair

Sebagai pelengkap dari seluruh rangkaian kegiatan, kami juga menyerahkan Standar Operasional Prosedur (SOP) CTPS kepada pihak perusahaan. SOP ini berfungsi sebagai panduan tertulis untuk memastikan bahwa seluruh pekerja menjalankan praktik kebersihan tangan secara konsisten, benar, dan sesuai dengan standar keamanan pangan. Dengan adanya SOP, perusahaan memiliki acuan formal yang dapat digunakan dalam pelatihan internal, pengawasan rutin, serta evaluasi kepatuhan terhadap prosedur sanitasi. Ketiga bentuk dukungan ini yaitu poster, sabun cuci tangan, dan SOP diharapkan mampu memperkuat penerapan CTPS di lingkungan kerja dan menciptakan budaya sanitasi yang berkelanjutan.



Gambar 6. Penyerahan SOP

Kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh 7 orang pekerja yang terdiri dari 2 laki-laki dan 5 perempuan. Kegiatan berjalan dengan lancar dan peserta yang hadir menunjukkan partisipasi aktif selama penyuluhan maupun sesi praktik.



Gambar 7. Penyuluhan CTPS

5. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang dilakukan di Pabrik Makanan Ringan Kahiji Snack Kota Tasikmalaya terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pekerja terhadap pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), khususnya dalam praktik kebersihan tangan. Melalui pendekatan edukatif yang mencakup pemberian materi, praktik langsung, penyediaan media edukasi visual (poster), serta penyusunan SOP, para pekerja menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman mereka mengenai CTPS, sebagaimana dibuktikan oleh hasil uji statistik Wilcoxon dengan nilai $p = 0,041$. Dukungan sarana berupa sabun cair dan SOP diharapkan mampu memperkuat penerapan kebiasaan mencuci tangan yang benar secara konsisten di lingkungan kerja. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal dalam membentuk budaya sanitasi yang berkelanjutan di pabrik makanan, sekaligus berkontribusi terhadap peningkatan kualitas kesehatan dan keamanan produk yang dihasilkan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pekerja di Pabrik Makanan Ringan Kahiji Snack Kota Tasikmalaya, atas sambutan yang hangat, kerja sama yang baik, serta partisipasi aktif selama kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung. Dukungan dan keterbukaan yang diberikan telah berkontribusi besar terhadap kelancaran dan keberhasilan program ini.

DAFTAR REFERENSI

- Asmalinda, W., Setiawati, D., Khotimah, K., Sapada, E., Kemenkes Palembang, P., Selatan, S., Siti Khadijah Palembang, S., Kunci, K., Payudara, K., & Payudara Sendiri, P. (2022). Deteksi dini kanker payudara menggunakan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) [Early detection of breast cancer using breast self-examination]. *Jurnal Abdikemas*, 4(1). <https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v4i1>
- Elvira, F., & Panadia, Z. F. (2024). Penyuluhan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan pemberian vitamin untuk anak-anak. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 2–3.
- Elvira, F., Panadia, Z. F., Veronica, S., Herdiansyah, D., Kedokteran dan Kesehatan, F., Prodi Kesehatan Masyarakat, D., & Kesehatan Masyarakat, F. (2021). *Seminar Nasional. (Informasi publikasi tidak lengkap — mohon tambahkan informasi penerbit atau halaman)*
- Farmalkes, S. (2022, Maret). 6 langkah mencuci tangan. *Kemenkes Ditjen Farmalkes*. <https://farmalkes.kemkes.go.id/unduh/6-langkah-mencuci-tangan/>
- Herdiansyah, D., Elvira, F., Panadia, Z. F., & Veronica, S. (2021). *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ. Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat*, 1–6.
- Parasyanti, N. K. V., & Laksmi, N. L. (2020). Pendidikan kesehatan cuci tangan pakai sabun dengan video terhadap kemampuan cuci tangan pada siswa SD. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 121. *(Volume dan halaman tidak lengkap — mohon dilengkapi)*
- Putra, G. D. G. M., & Sari, K. S. (2023). Pendidikan kesehatan cuci tangan pakai sabun dengan media video, terbukti efektif dalam. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 27. *(Volume dan halaman tidak lengkap — mohon dilengkapi)*
- Yusriani, Y., Asrina, A., Syahrul, N., & Arief, M. Y. (2022). Penggunaan alat pelindung diri (APD) dan cuci tangan pakai sabun (CTPS) pada tatanan tempat kerja di industri pabrik tahu di Kota Pangkep. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 4381–4390.