

Edukasi *Personal Hygiene* Pada Anak Usia Dini Dengan G3CTPS

Ni Wayan Wiwin Asthiningsih¹, Tri Wijayanti²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

e-mail: ¹nww131@umkt.ac.id, ²tw634@umkt.ac.id

Abstract. Early childhood is a golden age to instill clean and healthy behavioral values (PHBS), so that it has the potential as a change agent to promote PHBS, both in the school environment, family and community. Providing early education about personal hygiene to children, especially how to brush teeth properly can prevent dental caries from rarely brushing teeth. Getting used to washing hands with soap in children can prevent diseases caused by bacteria, such as diarrhea, typhoid, and so on. The purpose of this activity was to improve the health status of pre-school age children through health education about brushing their teeth properly and washing their hands with soap. This activity was carried out in pre-school age children in PAUD Kebun Kita, TK IT Az Zahra, dan PAUD Pelita Bunda, working area of Puskesmas Juanda Samarinda. As a result of this community service activity, all pre-school children was able and enthusiastic in practicing 7 steps of washing hands and how to brush their teeth properly. Pre-school children were also able to answer questions given about the importance of brushing and washing hands.

Keywords: *education, personal hygiene, G3CTPS*

Abstrak. Anak usia dini merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai- nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Memberikan edukasi sejak dini mengenai *personal hygiene* pada anak, terutama cara menggosok gigi yang benar dapat mencegah terjadinya karies gigi akibat jarang menggosok gigi. Membiasakan mencuci tangan pakai sabun pada anak dapat mencegah terjadinya penyakit yang diakibatkan oleh bakteri, seperti diare, typhoid, dan sebagainya. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan derajat kesehatan anak usia pra sekolah melalui edukasi kesehatan tentang menggosok gigi yang benar dan cuci tangan pakai sabun. Kegiatan ini dilakukan pada anak usia pra sekolah di PAUD Kebun Kita, TK IT Az Zahra, dan PAUD Pelita Bunda wilayah kerja Puskesmas Juanda Samarinda. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, seluruh anak pra sekolah mampu dan antusias dalam mempraktekkan 7 langkah mencuci tangan dan cara menggosok gigi yang benar. Anak-anak pra sekolah juga mampu menjawab pertanyaan yang diberikan mengenai pentingnya menggosok gigi dan mencuci tangan.

Kata kunci: *edukasi, personal hygiene, G3CTPS*

Pendahuluan

Anak usia prasekolah adalah anak berusia tiga sampai dengan lima tahun. Pertumbuhan dan perkembangan kognitif, biologis, spiritual dan psikososial terjadi pesat pada usia ini. Banyak faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak usia pra sekolah yakni faktor gizi, penyakit, kesehatan gigi, masalah tidur, serta cara orang tua dalam merawat anak yang sakit (Wong,2009).

Personal hygiene adalah upaya yang dilakukan oleh individu untuk menjaga kebersihan pribadinya agar terhindar dari penyakit. Pemenuhan personal hygiene dipengaruhi berbagai faktor seperti faktor budaya, nilai sosial individu atau keluarga, pengetahuan tentang personal hygiene serta persepsi terhadap perawatan diri (Alimul dikutip dari Putri, dkk, 2016). Dikaitkan dengan anak usia pra sekolah, personal hygiene memegang peranan penting. Masih rendahnya daya tahan tubuh anak di usia ini memungkinkan banyaknya penyakit yang akan diderita jika personal hygiene anak tidak diperhatikan. Orang tua memegang peranan penting dalam membantu personal hygiene anak usia pra sekolah.

Dalam melakukan personal hygiene harus dilakukan secara baik dan benar agar terwujud kebersihan yang seutuhnya. Salah satunya adalah kebersihan gigi dan mulut pada umumnya. Dalam personal hygiene gigi dan mulut perlu mendapat perhatian yang khusus dan baik sesuai prosedur yang telah ditentukan. Gigi dan mulut sangat perlu diperhatikan kebersihannya, apabila tidak maka akan terjadi infeksi dan kerusakan pada gigi. Kerusakan gigi pada anak juga merupakan masalah gigi nomor satu yang terjadi diantara anak prasekolah. Kerusakan gigi seperti karies pada gigi anak dapat dicegah dengan melakukan gosok gigi secara benar (setelah makan dan sebelum tidur), karena gosok gigi secara benar merupakan dasar program hygiene mulut yang efektif (Susanto dan Fitriana, 2015).

Menggosok gigi adalah tindakan yang perlu diajarkan kepada anak-anak sehingga dapat menjadi suatu kebiasaan yang baik dan sehat. Menggosok gigi merupakan cara yang paling mudah dan efektif untuk menjaga kebersihan gigi dan gusi dari plak dan sisa

makanan. Menyikat gigi harus dilakukan dengan baik dan benar agar debris atau sisa makanan benar-benar dapat dihilangkan dari permukaan gigi.

Kebersihan rongga mulut yang kurang dijaga dengan baik dapat menyebabkan timbulnya infeksi pada jaringan keras seperti gigi, maupun infeksi jaringan lunak seperti pada pipi, bibir, gusi, dan lidah. Hasil survey kesehatan nasional pada tahun 2013 menyatakan bahwa penduduk Indonesia yang melakukan sikat gigi dengan benar sesudah makan pada pagi dan malam hari hanya sekitar 2,3 %, sementara tingkat kejadian kerusakan gigi atau karies nasional menggunakan Indeks DMF-T adalah sebesar 4,6 atau dapat dikatakan tinggi menurut WHO (Nuraeny,2017).

Selain menggosok gigi, mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu dari personal hygiene yang perlu diajarkan kepada anak sejak dini. Mencuci tangan pakai sabun adalah salah satu tindakan kebersihan dengan cara membersihkan tangan dan jari jemari menggunakan air dan sabun oleh manusia untuk menjadi bersih dan memutuskan mata rantai mikroorganisme sebagai sumber penyakit.

Mencuci tangan dengan sabun dikenal juga sebagai salah satu upaya pencegahan penyakit, hal ini dilakukan karena tangan seringkali menjadi pembawa mikroorganisme dan menyebabkan mikroorganisme ini dapat berpindah dari satu orang ke orang lain, baik dengan kontak langsung ataupun kontak tidak langsung (menggunakan permukaan- permukaan lain seperti handuk, gelas, dan lain sebagainya).

Berdasarkan data WHO, mencuci tangan terbukti bisa menurunkan risiko terkena penyakit diare hingga 45%. Tak sampai di situ, masih ada penyakit lain yang bisa dicegah hanya dengan mencuci tangan yaitu kecacingan, infeksi saluran pernapasan, infeksi mata, dan hepatitis. Walau begitu, agar mendapatkan manfaat yang optimal, cuci tangan harus dilakukan dengan benar (Pawenrusi, 2018).

Mencuci tangan dengan air saja lebih umum dilakukan tetapi tidak efektif menjaga kesehatan dibandingkan mencuci tangan dengan sabun. Agar efektif WHO (2009) telah menetapkan langkah-langkah mencuci tangan pakai sabun sebagai berikut : membasahi kedua tangan dengan air mengalir, beri sabun secukupnya,

menggosokkan kedua telapak tangan dan punggung tangan, menggosok sela-sela jari kedua tangan, menggosok kedua telapak tangan dengan jari-jari rapat, jari-jari tangan dirapatkan sambil digosok ke telapak tangan, tangan kiri ke kanan, dan sebaliknya, menggosok ibu jari secara berputar dalam genggam tangan kanan, dan sebaliknya, menggosokkan kuku jari kanan memutar ke telapak tangan kiri, dan sebaliknya, basuh dengan air, dan mengeringkan tangan (Pawenrusi,2018).

Dari hasil pemeriksaan gigi pada anak usia pra sekolah di PAUD dan TK wilayah Puskesmas Juanda didapatkan beberapa anak mengalami karies gigi dan dalam 3 bulan terakhir ada 5 anak yang mengalami diare. Berdasarkan hal tersebut, maka kami akan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi personal hygiene anak usia dini dengan G3CTPS (Gerakan Gosok Gigi dan Cuci Tangan Pakai Sabun).

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan anak usia pra sekolah mengenai pentingnya menggosok gigi dan mencuci tangan pakai sabun serta menstimulasi dan mengajarkan anak untuk dapat melakukan cara menggosok gigi dan mencuci tangan 7 langkah pakai sabun dengan benar.

Manfaat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah anak usia pra sekolah mendapatkan pengetahuan tentang cara menggosok gigi yang benar dan 7 langkah cuci tangan pakai sabun, menumbuhkan kesadaran hidup sehat sejak dini pada anak usia pra sekolah di PAUD dan TK, membangun kebiasaan anak usia pra sekolah untuk dapat menerapkan cara menggosok gigi dan mencuci tangan dengan benar dalam kehidupan sehari-hari, serta melatih anak usia pra sekolah untuk selalu menjaga kesehatan mulut dan tanganan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan memiliki dampak yang positif, yaitu meningkatnya pengetahuan dan keterampilan anak usia pra sekolah mengenai cara menggosok gigi dan mampu mencuci tangan 7 langkah dengan sabun dengan benar.

Metode

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan dua tahap, pertama adalah dengan memberikan edukasi kepada anak usia

pra sekolah mengenai pentingnya menggosok gigi dan mencuci tangan pakai sabun untuk mencegah terjadinya penyakit, dan tahap kedua adalah praktek gosok gigi dan cuci tangan 7 langkah pakai sabun dengan pendampingan fasilitator.

Pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan ini akan menggunakan media menarik dengan audio visual agar mudah dipahami oleh anak. Pemberian edukasi dengan metode ceramah dilakukan dengan alat bantu pendukung seperti: model anatomi gigi, infokus projector dan screen. Materi pelatihan yang diberikan meliputi: manfaat gosok gigi dan cuci tangan pakai sabun, waktu yang baik menggosok gigi dan mencuci tangan, cara menyikat gigi dan lidah yang benar, serta cara mencuci tangan 7 langkah pakai sabun.

Setelah pemberian edukasi, kegiatan dilanjutkan dengan melakukan demonstrasi cara menggosok gigi dan cuci tangan 7 langkah dengan benar. Anak akan melakukan praktek menggosok gigi dan mencuci tangan dengan didampingi oleh fasilitator dari mahasiswa. Anak pra sekolah akan dibagi menjadi beberapa kelompok dan masing-masing kelompok akan didampingi fasilitator untuk mempraktekkan 7 langkah mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar agar penyampaian informasi lebih jelas dan mudah dipahami oleh anak.

Akhir dari program pengabdian masyarakat ini adalah evaluasi kegiatan terhadap perencanaan dan pelaksanaan. Evaluasi perencanaan bertujuan untuk menilai tingkat persiapan kegiatan pengabdian masyarakat dan dilakukan dengan pertemuan seluruh tim yang terlibat di dalam pengabdian masyarakat. Sementara evaluasi pelaksanaan bertujuan untuk menilai pencapaian target acara dengan indikator penilaian terdiri dari: ketepatan waktu, keteraturan acara, jumlah peserta, pemahaman peserta terhadap penyampaian materi penyuluhan, daya tarik peserta, dan ketanggapan fasilitator. Setelah evaluasi selesai dilaksanakan, dilanjutkan dengan menyusun laporan pertanggungjawaban kegiatan pengabdian masyarakat.

Kegiatan dilaksanakan di PAUD Kebun Kita pada tanggal 21 November 2018 dengan jumlah peserta 58 orang, TK IT Az Zahra pada tanggal 28 November 2018 dengan jumlah peserta 70 orang, dan PAUD Pelita Bunda pada tanggal 30 November 2018 dengan jumlah peserta 15 orang. Waktu kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung \pm 1,5 jam.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Juanda bekerjasama dengan pihak Puskesmas. Persiapan yang dilakukan berupa survey lokasi, koordinasi dengan Puskesmas, kepala sekolah dan guru di PAUD dan TK PAUD Kebun Kita, TK IT Az Zahra, dan PAUD Pelita Bunda mengenai kegiatan yang akan dilakukan, penyusunan materi penyuluhan, persiapan sarana dan prasarana, serta penyusunan jadwal kegiatan.

Kegiatan penyuluhan dan ceramah teori disampaikan oleh mahasiswa keperawatan yang didampingi oleh dosen pembimbing sedangkan kegiatan peragaan menyikat gigi dilakukan oleh petugas dari Puskesmas Juanda dan praktek mencuci tangan 7 langkah pakai sabun didemonstrasikan oleh mahasiswa dan dosen keperawatan.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat mengenai “Edukasi *Personal Hygiene* Anak Usia Dini Dengan G3CTPS (Gerakan Gosok Gigi Dan Cuci Tangan Pakai Sabun) ini telah selesai dilaksanakan sebanyak 3 kali kegiatan. Kegiatan dilaksanakan di PAUD Kebun Kita pada tanggal 21 November 2018 jam 10.00 WITA dengan jumlah peserta 58 orang, TK IT Az Zahra pada tanggal 28 November 2018 jam 09.00-10.30 WITA dengan jumlah peserta 70 orang, dan PAUD Pelita Bunda pada tanggal 30 November 2018 jam 10.00 dengan jumlah peserta 15orang.



Gambar 1. Edukasi tentang Menggosok Gigi



Gambar 2. Edukasi tentang
Mencuci Tangan



Gambar 3. Demonstrasi
Menggosok Gigi

Setelah dilakukan evaluasi, anak-anak pra sekolah mampu dan antusias dalam mempraktekkan cara menggosok gigi yang benar, anak-anak pra sekolah mampu dan antusias dalam mempraktekkan 7 langkah mencuci tangan dengan baik, anak-anak prasekolah mampu menjawab pertanyaan yang diberikan mengenai pentingnya menggosok gigi dan mencuci tangan.

Keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari diikutinya program praktek menggosok gigi dan mencuci tangan 7 langkah pakai sabun oleh seluruh anak di PAUD Kebun Kita, TK IT Az-Zahra, dan PAUD Pelita Bunda dengan total sebanyak 143 anak. Kegiatan penyuluhan menggosok gigi mendapatkan bantuan dari guru PAUD dan TK bahwa peralatan sikat gigi telah dibawa oleh anak-anak sehingga praktek cara sikat gigi yang baik dan benar dapat terlaksana dengan baik.

Ada beberapa orang anak yang lupa membawa sikat gigi namun akhirnya pihak guru memberikan sikat gigi kepada anak agar dapat mengikuti praktek sikat gigi yang benar. Untuk perlengkapan mencuci tangan berupa *hand wash* cair telah disediakan oleh tim pengabdian masyarakat.

Tidak ada kendala yang dihadapi selama melaksanakan pengabdian masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung dengan baik dan lancar sesuai dengan yang diharapkan.

Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat “Edukasi *Personal Hygiene* Anak Usia Dini Dengan G3CTPS (Gerakan Gosok Gigi Dan Cuci Tangan Pakai Sabun)” yang telah dilakukan di PAUD Kebun Kita, TK IT Az Zahra, dan PAUD Pelita Bunda pada anak usia prasekolah, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan yang dilakukan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan yang diharapkan.

Kegiatan ini diikuti oleh seluruh anak usia pra sekolah di PAUD Kebun Kita, TK IT Az Zahra, dan PAUD Pelita Bunda dengan total 143 anak. Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan anak mampu dan antusias dalam mempraktekkan cara mempraktekkan 7 langkah mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar serta anak mampu menjawab pertanyaan yang diberikan mengenai pentingnya menggosok gigi dan mencuci tangan pakai sabun.

Dengan adanya pengabdian masyarakat ini diharapkan pentingnya peran orang tua dalam mendampingi, mengarahkan, mengingatkan serta mengajarkan putra putrinya cara menggosok gigi yang benar agar terbentuk perilaku menggosok gigi yang baik dan benar. Selain itu juga perlunya motivasi guru dan orang tua untuk membudayakan anak agar selalu mencuci tangan pakai sabun sebelum dan sesudah melakukan kegiatan, seperti bermain, makan, buang air kecil dan besar, dan lain-lain.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini masih perlu dikembangkan dengan menjalin kerja sama yang baik dengan sekolah, petugas puskesmas dalam membantu mengontrol perawatan gigi dan mulut secara berkelanjutan dan

mengingatkan anak untuk selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan sesuatu. Setiap PAUD dan TK akan mendapatkan poster langkah-langkah mencuci tangan dengan benar sehingga para guru PAUD dan murid-muridnya selalu bisa mengingat langkah-langkah tersebut dengan benar.

Daftar Pustaka

- Departemen Kesehatan RI, 2007. Panduan Promosi Kesehatan di Sekolah. Depkes RI, Jakarta
- Mulyati, S., Amita, N. 2013. Praktek Merawat Gigi Pada Anak. Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan. 2 (2) : 130-135
- Nuraeny, dkk. 2017. Edukasi Dan Evaluasi Terhadap Kondisi Coated Tongue Bagi Kader Kesehatan Puskesmas Ujung Berung Indah. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. 1 (1) : 24-27
- Pawenrusi, E.P. 2018. Penyuluhan Tentang Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di Kelurahan Sinrijala Rt 01/ Rw 02 Makassar. Jurnal GESIT. 1 (1) :1-7
- Potter, P.A & Perry A.G. 2012. Fundamental of Nursing. Jakarta : EGC
- Putri, R.M, Maemunah, N., Rahayu, W. 2016. Pemeriksaan Pertumbuhan dan Personal Hygiene Anak Pra Sekolah di RA Pesantren Al Madaniyah. Jurnal Akses Pengabdian Indonesia. 1 (1) : 55-64