

**PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG CUCI TANGAN DAN SIKAT GIGI DI
SEKOLAH DASAR DESA SIMAPIL APIL KELURAHAN LUBUK RAYA KOTA
PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2024**

Nur Aliyah Rangkuti¹, Juni Andriani Rangkuti², Ayannur Nasution³, Leli Khairani⁴
^{1,2,3,4}Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan
nuraliyahrangkuti88@gmail.com

ABSTRAK

Sasaran pembangunan Milenium (*Millenium Development Goals*) atau disingkat MDGs. Hasil kesepakatan kepala negara dan perwakilan dari 189 negara Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) yang telah dijalankan sampai September 2000, memiliki beberapa poin sasaran, salah satunya yaitu tercapainya kesejahteraan rakyat dan pembangunan masyarakat pada tahun 2015. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan 3 tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Peserta kegiatan berjumlah 24 orang. kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik oleh siswa kegiatan tampak antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan mencuci tangan dan gosok gigi Dan Kegiatan penyuluhan mencuci tangan dan sikat gigi.

Kata Kunci : Cuci Tangan, Sikat Gigi, Siswa

ABSTRACT

Millennium Development Goals or MDGs for short. The results of the agreement between heads of state and representatives from 189 countries of the United Nations (UN), which was implemented until September 2000, has several target points, one of which is achieving people's welfare and community development by 2015. This outreach activity is carried out in 3 stages, namely preparation, implementation and evaluation. The activity participants numbered 24 people. The extension activities carried out went well, the students seemed enthusiastic in participating in the extension activities on washing hands and brushing teeth and the extension activities on washing hands and brushing teeth.

Keywords: Washing Hands, Toothbrushing, Students

PENDAHULUAN

Sasaran pembangunan Milenium (*Millenium Development Goals*) atau disingkat MDGs. Hasil kesepakatan kepala negara dan perwakilan dari 189 negara

Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) yang telah dijalankan sampai September 2000, memiliki beberapa poin sasaran, salah satunya yaitu tercapainya kesejahteraan rakyat dan pembangunan masyarakat pada

tahun 2015 (Bappenas, 2004). Tercapainya kesejahteraan rakyat di dukung dengan kesehatan masyarakat salah satunya meliputi kesehatan siswa. Kesehatan masyarakat merupakan salah satu modal pokok dalam rangka kemajuan kehidupan bangsa. Jumlah anak yang besar yakni 30% dari total penduduk Indonesia atau sekitar 73 juta orang dan usia sekolah 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. Saat ini di Indonesia terdapat lebih dari 250.000 baik dari sekolah negeri, swasta maupun sekolah agama.

Sekolah selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran juga dapat menjadi ancaman penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. Lebih dari itu, usia sekolah bagi anak juga merupakan masa rawan terserang berbagai penyakit.

Sering disebut sebagai personal hygiene, merupakan langkah-langkah yang dilakukan untuk menjaga keseimbangan dan kesehatan tubuh seseorang demi kesejahteraan fisik dan mental. Beberapa isu kesehatan yang mungkin timbul pada kanak-kanak pra-sekolah termasuk menggosok gigi, mencuci tangan dengan sabun, dan menjaga kebersihan diri. Pembersihan diri merupakan usaha

individu untuk menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh. Ini merupakan sesuatu yang sangat vital dan harus diberikan perhatian karena termasuk dalam langkah-langkah mencegah secara spesifik dan dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Semua itu adalah usaha untuk melindungi masyarakat dari kebiasaan hidup yang kurang sehat dan tidak memenuhi standar kesehatan. Masalah personal hygiene yang masih sering terjadi pada anak usia prasekolah adalah kurang baik.

Diare merupakan masalah kesehatan yang kerap berlaku pada kanak-kanak disebabkan oleh kurang menjaga kebersihan diri. Mencuci tangan dengan sabun lebih efektif dari pada hanya dengan air untuk menjaga kesehatan. Untuk efektif, WHO telah menetapkan aturan cuci tangan dengan sabun yang termasuk membasahi kedua tangan dengan air mengalir, menggunakan sabun secukupnya, menggosok telapak dan punggung tangan, menggosok sela-sela jari, menggosok jari-jari rapat, menggosok tangan kiri dan kanan, dan menggosok ibu jari secara berputar dalam genggaman tangan dan yang terakhir tangan harus dibasuh dengan air dan dikeringkan. Menjaga gaya hidup yang sehat, khususnya dengan rutin mencuci tangan menggunakan sabun. Murid-murid SD masih kurang rajin mencuci tangan. Ini disebabkan terutama oleh kurangnya kesadaran akan pentingnya mencuci tangan untuk menjaga

kesehatan dan ketidaktahuan tentang cara yang benar dalam mencuci tangan.

Ada beberapa indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk menilai PHBS di sekolah yaitu : mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olah raga teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan, membuang sampah pada tempatnya (Siregar, et al, 2024).

METODE PELAKSANAAN

Bentuk kegiatan yang dilakukan yaitu Penyuluhan kesehatan tentang cuci tangan dan sikat gigi. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat juga berdasarkan hasil Kerjasama antar pihak Puskesmas dan Prodi Kebidanan Program Diploma Tiga Fakultas Kesehatan Universitas Aupa Royhan Di Kota Paangsidimpuan.

Waktu kegiatan dilakukan pada hari sabtu, tanggal 14 September 2024. Tempat penyuluhan di Sekolah Dasar Desa Simapil-Apil Kelurahan Lebah Lubuk Raya.

Tujuan pelibatan mitra yaitu untuk melakukan meningkatkan pengetahuan anak sekolah tentang peningkatan Kesehatan terutama cara mencuci tangan dan sikat gigi yang benar. Adapun metode yang digunakan dalam pengabdian

masyarakat ini menggunakan 3 tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan 3 tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. 1) Tahap persiapan terdiri dari penyusunan proposal, pembuatan bahan presentasi dan persiapan tempat penyuluhan. 2) Tahap pelaksanaan : berlangsung selama 60 menit. Penyuluhan berupa perkenalan, presentase materi, diskusi, tanya jawab, penutup dan foto bersama. Peserta kegiatan berjumlah 24 orang. Penyuluhan dilakukan kepada anak sekolah yang diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 15 menit, menyampaikan presentasi materi disampaikan langsung oleh pemateri selama 30 menit. 3) Tahap evaluasi : Setelah materi di sampaikan, pemateri memberikan waktu untuk sesi diskusi, tanya-jawab selama 15 menit. Sesi tanya-jawab terdiri dari siswa yang bertanya kepada pemateri dan pemateri memberikan jawaban dari pertanyaan kepada yang di ajukan serta menyampaikan *feedback*. Siswa terlihat antusias dalam mengikuti penyuluhan. Sebelum penyampaian materi selesai.

Kegiatan ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Desa Simapil Apil yang berada di Kelurahan Lebah Lubuk Raya Kecamatan Padangsidimuan Hutarimbaru Kota Padangsidimpuan. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan penyuluhan kepada ibu hamil terkait preeklamsi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan penyuluhan kesehatan ini di lanjutkan dengan memberikan evaluasi kepada audien. Terdapat 4 pertanyaan yang diberikan pada audien dan audien hampir rata-rata mengetahui dan mampu menjawab pertanyaan pertanyaan tersebut. Hanya saja siswa masih kesulitan dengan istilah-istilah yang baru di dapat

Penyuluhan dilakukan dengan cara mengumpulkan murid-murid yang berada di Sekolah Dasar Desa Simapil Apil Kelurahan Lebah Lubuk Raya Padangsidempuan dalam satu ruangan yang agak luas. Ketua panitia memberikan kata sambutan dan menjelaskan penyuluhan apa saja yang akan diberikan kepada siswa dan selanjutnya kata sambutan di lanjutkan oleh kepala sekolah yang bersedia menerima kegiatan penyuluhan kesehatan yang akan dilaksanakan oleh dosen prodi kebidanan program sarjana dan pendidikan profesi bidan Stikes Aufa Royhan Padangsidempuan.

Terlihat antusias dari murid-murid tersebut dalam mengikuti penyuluhan dengan begitu banyak memberikan pertanyaan seputar materi yang disampaikan oleh pemateri, murid-murid yang mengikuti kegiatan terlihat tertib dan sesuai dengan yang diarahkan oleh panitia kegiatan.

Hasil wawancara mengatakan beberapa alasan utama siswa kurangnya pemahaman tersebut, salah satunya yaitu karena kemalasan siswa. Dari faktor tersebut membuat siswa tidak tahu bagaimana gosok gigi dan mencuci tangan dengan baik serta betul, yang seharusnya menjadi bagian terpenting untuk menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh mereka. Hasil dari program edukasi kebersihan mulut dan cuci tangan ini telah sangat memuaskan. Para siswa sekarang lebih sadar dan memiliki bekal pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan diri mereka secara menyeluruh, dan kebiasaan- kebiasaan ini diharapkan akan terus dipraktikkan dan dikembangkan seiring waktu. Dan tidak lupa menyediakan pendidikan sambil memutar musik dan bernyanyi terkait menggosok gigi dan cuci tangan. Metode ini dipilih sebabnya menjadikan situasi dan kondisi belajar lebih menarik, sehingga siswa bisa langsung melakukan praktik, bukan sekadar mendengar. (Putri dkk., 2022).

Secara teoritis, hasil ini searah dengan teori pembelajaran sosial yang diutarakan oleh Bandura (1986). Konsep ini menekankan bahwa pembelajaran lewat observasi juga

imitasi, khususnya saat disertai penguatan yang positif, bisa mempengaruhi seseorang individu. Penggunaan metode pengajaran interaktif misalnya memperagakan langsung dan melalui lagu, terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan baru kepada siswa. Konsep ini juga sesuai dengan teori pembelajaran Vygotsky (1978), yang menekankan perlunya interaksi sosial dan juga pembelajaran yang berbasis konteks pada perkembangan kognitif anak. Dengan melalui interaksi sosial pada kelompok-kelompok kecil serta dorongan dari tim mahasiswa, siswa bisa memahami serta menginternalisasikan akan perlunya memperisai diri dengan menjaga kesehatan.

Dalam literatur juga memperlihatkan bahwa pendidikan terkait kebersihan dalam usia dini mempunyai dampak yang berkepanjangan terhadap kesehatan individu (Curtis et al., 2000). Seperti kebiasaan cuci tangan menggunakan sabun dengan rutin bisa mencegah penyakit menular seperti diare, yang sering terjadi kepada siswa (Ejemot-Nwadiaro et al., 2015). Pada pengabdian ini, metode memperagakan serta mengobservasi langsung memungkinkan murid bukan hanya belajar teori saja, melainkan juga

menerapkan pengetahuan tersebut pada peningkatan kesadaran diri juga pemahaman mereka. Hal ini juga menekankan perlunya peran orang tua dan sekolah untuk membiasakan siswa menjaga kebersihannya. Keterlibatan orang tua dalam mendorong selalu hidup sehat dirumah, serta pengawasan dari pihak sekolah, tentu perlu supaya memastikan pembiasaan ini selalu dilakukan. Sebagai awal pencegahan primer, menjaga kebersihan perlu dijadikan bagian yang terpenting dari pendidikan anak dari usia dini (World Health Organization, 2009).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik oleh siswa kegiatan tampak antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan mencuci tangan dan gosok gigi Dan Kegiatan penyuluhan mencuci tangan dan sikat gigi.

Saran kegiatan penyuluhan dapat dilakukan lebih sering agar siswa lebih mengetahui bagaimana cara mencuci tangan dan gosok gigi yang benar Dan Kegiatan penyuluhan mencuci tangan dan gosok gigi. yang sesuai dengan syarat kesehatan dan dapat lebih menambah pengetahuan dalam hal kesehatan.

REFERENSI

- Arianru, V. A. (2019). Upaya peningkatan kesadaran kebersihan diri pada siswa SD melalui gerakan mencuci tangan dan menyikat gigi. In *Prosiding SNP2M (Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat)* (No. 2, pp. 220-225).
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall, Inc.
- Batubara, N. S. (2021). Penyuluhan PHBS dan demonstrasi cara cuci tangan dan sikat gigi yang benar di Desa Simatohir Kecamatan Padangsidimpuan Angkola Julu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(1), 26-32.
- Curtis, V., Cairncross, S., & Yonli, R. (2000). Review: Domestic hygiene and diarrhoea – Pinpointing the problem. *Tropical Medicine and International Health*, 5(1), 22–32.
- Ejemot-Nwadiaro, R. I., Ehiri, J. E., Arikpo, D., Meremikwu, M. M., & Critchley, J. A. (2015). Hand washing promotion for preventing diarrhoea. *Cochrane Database of Systematic Reviews*,(9). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004265.pub3>
- Putri, N. R., Tandililing, E., & Mursyid, S. (2012). Penerapan metode demonstrasi untuk meremediasi miskonsepsi siswa pada materi hukum Newton di SMP. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 2(2).
- Renaldy, M., Islamiyah, N., & Ramadhany, M. (2023). Sosialisasi pentingnya mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar sebagai upaya meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat siswa di SDN 038 Penaniang Desa Batetangnga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3, 441–445.
- Siregar, M., Harahap, S. P. R., Nasution, A. P., Ritonga, L. A., & Harahap, L. J. (2024). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Kepada Anak-Anak Di Sorik, Sumatera Utara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais*

(*JPMD*), 3(1), 26-33.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.

World Health Organization. (2009). *Hand hygiene: Why, how & when?*. World Health Organization.

DOKUMENTASI KEGIATAN

