

## Penyuluhan Cara Mencuci Tangan dan Menggosok Gigi Dengan Baik dan Benar di SD Negeri 25 Kota Bima

Nur Islamiyati<sup>1</sup>, Suryati<sup>2</sup>

Program Studi Diploma III, AKBID Harapan Bunda Bima

E-mail: [nurislamiyati1605@gmail.com](mailto:nurislamiyati1605@gmail.com), [suryayathi96@gmail.com](mailto:suryayathi96@gmail.com)

---

### Article History:

Received: 10 Mei 2023

Revised: 16 Mei 2023

Accepted: 17 Mei 2023

**Keywords:** Penyuluhan,  
Mencuci tangan, Menggosok  
gigi

**Abstract:** Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis, karena pada usia tersebut seorang anak rentan terhadap masalah kesehatan. Menggosok gigi merupakan cara yang paling mudah dan efektif untuk dilakukan dengan baik dan benar agar sisa makan benar benar dapat di hilangkan dari permukaan gigi. Berdasarkan penjelesan tersebut, sangat penting untuk memberikan informasi secara dini dan benar tentang bagaimana cara mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar sehingga anak anak bisa terhindar dari berbagai penyakit. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini menggunakan penyampaian materi, pe, bagian leaflet dan demonstrasi cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi dengan baik dan benar. Agar penyuluhan menarik kami memberikan hadiah door proze bagi peserta yang dapat mengulang tekhnik cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi dengan baik dan benar dan dapat menjawab pertanyaan yang diajukan penyuluh. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa ada pengaruh edukasi cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi dengan baik dan benar dengan sabun Di SDN 25 Santi Kota Bima. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diharapkan agar anak-anak dapat memahami dan mempraktekan tekhnik cara menggosok gigi dengan baik dan benar serta cara mencuci tangan dengan sabun dalam kehidupan sehari hari baik di lingkungan rumah maupun sekolah.

---

### PENDAHULUAN

Sekolah adalah sebagai perpanjangan tangan keluarga dalam meletakkan dasar perilaku untuk kehidupan anak selanjutnya, termasuk perilaku kesehatan. Sementara itu populasi anak sekolah dalam suatu komunitas cukup besar, antara 20% -30%. Oleh sebab itu promosi atau pendidikan kesehatan di sekolah adalah sangat penting. (Notoamodjo, 2018 ). Jumlah anak

yang besar yaitu 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 Indonesia terdapat lebih dari 250.000 baik dari sekolah negeri, swasta maupun sekolah agama. Mencuci tangan adalah ukuran paling sederhana dan paling efektif untuk mencegah penyebaran bakteri, patogen, dan virus menurut *Center For Disease Control* 2002. CPTS juga sangat dekat dengan kehidupan sehari-hari dan merupakan cara paling mudah dan murah untuk dilakukan dibanding empat pilar lainnya dalam STBM. ( Depkes 2007 ) Didapatkan hasil laporan riseksdas mengenai perilaku benar dalam cuci tangan pada penduduk umur >10 tahun menurut provinsi, Bali menduduki urutan pertama kebiasaan cuci tangan dengan benar yaitu 67,4% dan disusul dengan kalimantan urutan ke dua yaitu 64,1% dan posisi provinsi lampung dalam cuci tangan hanya menempati peringkat 16 yaitu 48,4% saja. (Risksdas,2018).

Terjadi peningkatan kasus penyakit di tahun 2019 badan pusat statistik provinsi lampung mencatat besaran jumlah kasus penyakit diare di lampung selatan menduduki peringkat pertama dengan kasus penyakit diare yaitu 28.405, dan disusul urutan ke dua yaitu bandar lampung dengan jumlah kasus 23.896 jadi jumlah total kasus diare di seluruh provinsi yaitu 135.285 (BPS Lampung 2019). Selain mencuci tangan ,hal yang tak lupa di perhatikan adalah menggosok gigi yaitu 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 dilakukan dengan baik dan benar agar sisa makan benar benar dapat di hilangkan dari permukaan gigi (Karinta,2011) Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10 tahun), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Oleh karena itu, penanaman nilai nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan yang sangat penting dan dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah dan Pemberan Edukasi Kesehatan. Edukasi yang diberikan kepada Murid SD NO 25 Santi Kota Bima yaitu Cara Mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar serta.

Kondisi tersebut harus segera diantisipasi dengan meningkatkan pola hidup sehat melalui PHBS. Pemeliharaan kesehatan anak ditujukan untuk mempersiapkan generasi yang akan datang yang sehat, cerdas, dan berkualitas serta untuk menurunkan angka kematian anak. Institusi pendidikan dipandang sebagai sebuah tempat yang strategis untuk mempromosikan kesehatan. Sekolah juga merupakan institusi yang efektif untuk mewujudkan pendidikan kesehatan, dimana peserta didik dapat diajarkan tentang maksud perilaku sehat dan tidak sehat serta konsekuensinya. Selain itu, usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dan berpotensi sebagai change agent untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat (Adiwiryo, 2010).

Hasil survei dan wawancara yang dilakukan kepada siswa di SD Negeri 25 Santi Kota Bima mengatakan tidak mengetahui cara Mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar serta tampak beberapa siswa memiliki gigi berlubang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, maka dilakukan upaya dalam peningkatan pengetahuan dan derajat kesehatan siswa siswi di SD Negeri 25 Santi Kota Bima dengan melakukan penyuluhan cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi yang baik dan benar.

## **METODE**

a. Pengenalan dan Persiapan

Mitra utama dalam kegiatan ini adalah Pemerintah Kota Bima. Dimana dinas terkait merupakan *leading sector* program ini, sedangkan Kantor kelurahan/desa dan kecamatan merupakan ujung tombak sukses dan tidaknya pelaksanaan program ini.

Selanjutnya sasaran utama program ini yaitu kelompok anak usia sekolah, dalam hal ini adalah siswa siswi SD Negeri 25 Santi Kota Bima

b. Mekanisme pelaksanaan pengabdian masyarakat

Berdasarkan hasil identifikasi masalah mitra, maka metode yang digunakan dalam meningkatkan derajat kesehatan siswa siswi tersebut ialah dengan penyuluhan tentang PHBS tentang cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi yang baik dan benar.

1) Tahap persiapan

Tahap persiapan dalam penyuluhan ini bertujuan untuk mengetahui seberapa pentingnya sosialisasi edukasi cara mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar terdiri dari :

- a) Survey tempat pelaksanaan kegiatan
- b) Melaksanakan observasi dan wawancara mendalam dengan Kepala Sekolah di SDN 25 Santi Kota Bima untuk menentukan prioritas masalah.
- c) Pembuatan proposal
- d) Persiapan ruangan untuk kegiatan sosialisasi

2) Tahap pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian melalui kegiatan penyuluhan ini terdiri dari beberapa kegiatan diantaranya :

- a) Analisis kebutuhan : merupakan aktifitas yang ditujukan untuk menemukan kebutuhan yang dibutuhkan oleh anak-anak dalam menilai seberapa menggali informasi tentang cara mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar
- b) Sosialisasi : merupakan bentuk penyuluhan kesehatan menggunakan Alat Peraga Pantom Gigi.
- c) Implementasi : Sosialisasi yang sudah dilakukan selain memberikan pengetahuan kepada anak-anak tentang pentingnya edukasi tentang cara mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar.

3) Tahap akhir Setelah pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini, maka dilanjutkan dengan beberapa kegiatan berikut :

- a) Melakukan evaluasi kegiatan sosialisasi menggunakan Tanya jawab sejauh mana pemahaman anak-anak dalam memahami mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar.
- b) Melakukan pengamatan sebelum dan sesudah sosialisasi untuk menilai sejauh mana pengetahuan siswa dalam mengetahui mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar.
- c) Pembuatan laporan hasil kegiatan
- d) Pengumpulan hasil laporan kegiatan

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

---

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul “Penyuluhan tentang cara mencuci tangan dengan sabun serta Cara menggosok gigi dengan baik dan benar di SDN 25 Santi Kota Bima. telah dilaksanakan pada hari Jum,at 14 April 2023.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupaya memberikan informasi mengenai cara mencuci tangan dengan sabun serta Cara menggosok gigi dengan baik dan benar. Keuntungan yang akan didapatkan oleh anak-anak yaitu bertambahnya wawasan pengetahuan mengenai pentingnya mengetahui cara mencuci tangan dengan sabun serta Cara menggosok gigi dengan baik dan benar. Agar siswa sejak Dini Menerapkan hidup PHBS dan Terhindar dari Penyakit. Adapun secara rinci kegiatan yang sudah dilakukan adalah sebagai berikut :

- a. Melakukan pendekatan kepada Kepala Sekolah SD Negeri 25 Saanti Kota Bima.
- b. Melakukan pengkajian terhadap anak-anak di SD Negeri 25 Saanti Kota Bima
- c. Melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa kegiatan penyuluhan kesehatan
- d. Membuat laporan kegiatan dan melaporkannya kepada pihak yang terlibat
- e. Mempublikasikan hasil kegiatan ke Jurnal

Pengabdian Kepada Masyarakat Kegiatan pengabdian masyarakat ini di laksanakan pada tanggal 14 April 2023 dengan sasaran murid SD Negeri 25 Saanti Kota Bima saat kegiatan penyuluhan dilakukan. Lokasi kegiatan penyuluhan dilakukan di Ruang Kelas 4 di SD Negeri 25 Saanti Kota Bima.

**Tabel 1. Hasil Pre dan Post Tes Pengetahuan siswa mencuci tangan dengan sabun dan menggosok gigi**

No	MENCUCI TANGAN		MENGgosok GIGI	
	Pre Tes	Post Tes	Pre Tes	Post Tes
1	30	45	35	45



**Gambar 1. Penyuluhan bersama tim cara mencuci tangan Di SD Negri 25 Santi Kota Bima.**





**Gambar 2. Penyuluhan bersama tim cara menggosok gigi yang baik dan benar di SD Negeri 25 Santi Kota Bima.**

### Hasil

- a. **Karakteristik Peserta**  
 Peserta dalam penyuluhan PHBS tentang cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi yang benar dan gerakan gosok gigi massal ini adalah seluruh siswa siswi SD Negeri 25 Santi Kota Bima hadir dalam kegiatan ini.
- b. **Respon Peserta**  
 Seluruh peserta yang hadir sangat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan PHBS tentang cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi yang benar. Pada saat penyuluhan sebagian besar peserta dapat mendemonstrasikan kembali cara gosok gigi yang baik dan benar. Hal yang sama ditunjukkan para peserta saat kegiatan gerakan cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi yang benar.
- c. **Luaran kegiatan**  
 PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di pelayanan kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2011).  
 Kebersihan diri adalah upaya individu dalam memelihara kebersihan diri yang meliputi kebersihan rambut, gigi dan mulut, mata, telinga, kuku, kulit, dan kebersihan dalam berpakaian dalam meningkatkan kesehatan yang optimal.  
 Memelihara kebersihan diri berarti tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan diri seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikisnya. Seseorang dikatakan memiliki personal hygiene baik apabila, orang tersebut dapat menjaga kebersihan tubuhnya yang meliputi kebersihan kulit, kuku, rambut, mulut dan gigi, kebersihan dan kerapian pakaiannya, kebersihan mata hidung dan telinga serta kebersihan alat kelaminnya.  
 Masalah kesehatan umum yang terjadi pada anak usia sekolah biasanya berkaitan dengan kebersihan perorangan dan lingkungan seperti gosok gigi yang baik dan benar. Banyak anak usia sekolah yang menderita gigi berlubang akibat mengkonsumsi jajanan yang banyak mengandung gula.

**KESIMPULAN**

Penyuluhan PHBS dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa siswi untuk meningkatkan derajat kesehatannya. Oleh karena itu, sekolah merupakan tempat yang efektif untuk mewujudkan pendidikan kesehatan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS salah satunya dengan pemberian penyuluhan tentang cara mencuci tangan dengan sabun serta cara menggosok gigi yang baik dan benar sehingga berpotensi sebagai change agent untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat.

Diharapkan pihak terkait terutama bapak/ibu guru mengingatkan siswa-siswi SD untuk melakukan PHBS yaitu mencuci tangan dengan sabun dan menggosok gigi dengan baik dan benar. Hal ini perlu diperhatikan harus diperhatikan oleh siswa SD agar terhindar dari penyakit khususnya terkait penyakit gigi dan mulut. Selanjutnya dapat dilakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan gigi pada siswa siswi SD.

**PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Ucapan Terima Kasih Terima kasih disampaikan kepada seluruh mitra yang berperan serta dalam acara ini, semoga kerjasama dapat berlangsung kembali serta terimakasih kepada AKBID Harapan Bunda Bima yang telah mewadai dalam pengabdian masyarakat ini.

**DAFTAR REFERENSI**

- Adiwiryo, RM. 2010. Pesan Kesehatan :Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini dalam Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini. Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Hamka
- Depkes RI. 2007. Panduan Promosi Kesehatan di Sekolah. Departemen Kesehatan RI, Jakarta
- Kemkes RI. 2011. Pedoman Umum Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
- Profil Kesehatan Indonesia. 2013. Departemen Kesehatan RI: Jakarta
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2014. Diakses: 19 Juni 2015,