

## **Edukasi *Personal Hygiene* Dengan G3CTPS (Gerakan Gosok Gigi Dan Cuci Tangan Pakai Sabun) Pada Anak Usia Prasekolah Di Pulau Bungin**

**Evi Gustia Kesuma<sup>1</sup>, Rafi'ah<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Jurusan S1 Keperawatan, STIKES Griya Husada Sumbawa, NTB, Indonesia

Email : <sup>1</sup>[gustiakesuma88@gmail.com](mailto:gustiakesuma88@gmail.com), <sup>2</sup>[rafiahstikesghs@gmail.com](mailto:rafiahstikesghs@gmail.com)

**Abstrak**– Gaya hidup bersih dan sehat sebaiknya ditanamkan dalam diri anak sejak dini sehingga mereka tumbuh dengan kebiasaan yang menunjang hidup bersih dan sehat. Gaya hidup bersih dan sehat dapat kita mulai dari hal-hal yang sederhana sehingga akan tumbuh menjadi kebiasaan. Selain cara mencuci tangan yang baik dan benar kebiasaan rutin sehari-hari anak yang perlu diperhatikan oleh orang tua adalah cara menggosok gigi yang baik dan benar. Menggosok gigi tanpa memperhatikan teknik yang baik dan benar akan menimbulkan masalah pada gigi dan mulut yang bisa menjadi masalah kompleks. 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 ini adalah anak usia prasekolah mendapatkan pengetahuan tentang cara menggosok gigi yang benar dan 7 langkah cuci tangan pakai sabun, menumbuhkan kesadaran hidup sehat sejak dini pada anak usia prasekolah, membangun kebiasaan anak usia prasekolah agar dapat menerapkan cara menggosok gigi dan mencuci tangan dengan benar dalam kehidupan sehari-hari. Pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan di balai desa outdoor Pulau Bungin untuk memudahkan interaksi dan praktik secara langsung yang melibatkan berbagai pihak yaitu anak, orang tua dan tim pengabdian masyarakat.

**Kata Kunci:** Personal hygiene, Gosok gigi, Cuci tangan, Anak usia prasekolah

**Abstract**– *A clean and healthy lifestyle should be instilled in children from an early age so that they grow up with habits that support a clean and healthy life. We can start a clean and healthy lifestyle from simple things so that it will grow into a habit. In addition to how to wash hands properly and correctly the daily routine habits of children that need to be considered by parents is how to brush their teeth properly and correctly. Brushing your teeth without paying attention to good and correct techniques will cause problems in the teeth and mouth which can be a complex problem. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of pre-school age children about the importance of brushing their teeth and washing hands with soap as well as stimulating and teaching children to be able to do how to brush their teeth and wash their hands 7 steps to use soap correctly. The benefits of this activity are that preschool-age children gain knowledge on how to brush their teeth properly and the 7 steps of washing hands with soap, foster awareness of healthy living early in preschool-age children, build habits of preschool-age children in order to apply how to brush their teeth and wash their hands properly in everyday life. This community service is carried out at the Bungin Island outdoor village hall to facilitate direct interaction and practice involving various parties, namely children, parents and community service teams.*

**Keywords:** *Personal hygiene, Brush teeth, Wash hands, Preschool age children*

### **1. PENDAHULUAN**

Gaya hidup bersih dan sehat sebaiknya ditanamkan dalam diri anak sejak dini sehingga mereka tumbuh dengan kebiasaan yang menunjang hidup bersih dan sehat. Gaya hidup bersih dan sehat dapat kita mulai dari hal-hal yang sederhana sehingga akan tumbuh menjadi kebiasaan. Selain cara mencuci tangan yang baik dan benar kebiasaan rutin sehari-hari anak yang perlu diperhatikan oleh orang tua adalah cara menggosok gigi yang baik dan benar. Menggosok gigi tanpa memperhatikan teknik yang baik dan benar akan menimbulkan masalah pada gigi dan mulut. Pada gigi akan terbentuk penimbunan flek yang akan menimbulkan kerusakan pada gigi yang disebabkan oleh bakteri yang menumpuk pada plek gigi (Handayani dkk, 2016).

Masa kanak-kanak sebelum masuk Sekolah Dasar disebut dengan anak prasekolah. Permasalahan kesehatan pada anak prasekolah berkaitan dengan personal hygiene dan lingkungan disekitar. Personal hygiene atau kebersihan diri merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikologis. Permasalahan kesehatan yang mungkin terjadi pada anak prasekolah terkait dengan kebersihan gosok gigi, kebiasaan melakukan cuci tangan memakai sabun, dan kebersihan diri.

*Personal hygiene* merupakan upaya seseorang dalam memelihara kebersihan dan kesehatannya. Kebersihan diri atau *personal hygiene* merupakan sesuatu yang sangat penting dan tentunya perlu diperhatikan karena termasuk dalam pencegahan primer yang spesifik, serta dapat mempengaruhi kesehatan, baik kesehatan fisik dan kesehatan mental seseorang dalam kehidupan hariannya (Putra, 2017). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa betapa pentingnya seseorang untuk memenuhi salah satu kebutuhan dasarnya yaitu *personal hygiene*, yang nantinya dapat meminimalkan masuknya berbagai macam mikroorganisme yang ada dan pada akhirnya mencegah individu terserang penyakit.

Upaya pola hidup sehat akan lebih ditingkatkan untuk mendukung peningkatan dan pemantapan upaya kesehatan secara berhasil guna dan berdayaguna. Semua itu merupakan upaya untuk melindungi masyarakat dari kebiasaan hidup yang kurang dan tidak memenuhi persyaratan kesehatan (Depkes RI, 2009). *Personal hygiene* yang kurang baik pada anak usia prasekolah masih merupakan masalah yang sering muncul. Menurut Putra (2018), fenomena yang terjadi saat ini adalah masalah masih banyak anak usia prasekolah yang mengalami *personal hygiene* yang tidak baik. Salah satu penyakit yang sering didapati pada masyarakat saat ini adalah diare, terlebih pada anak-anak.

Menurut *World Health Organization* (WHO), di beberapa negara berkembang prevalensi dilaporkan *personal hygiene* 6%-27% populasi umum, sedangkan pada tahun 2010 di Indonesia telah terdaftar sebesar 4.60%-12.5%. Di Indonesia pada tahun 2008 angka insiden mencapai 60-80% dan kematian sebesar 24% menyerang terutama 9-12 tahun. Pada anak kasus *personal hygiene* menempati posisi kedua (11%) setelah infeksi saluran nafas atas. Sedangkan setiap tahun rata-rata 100 anak meninggal dunia karena diakibatkan oleh kurangnya menjaga *personal hygiene*.

Masalah kesehatan yang sering dialami anak-anak oleh karena kurangnya memperhatikan *personal hygiene* adalah diare. Di Indonesia sendiri telah ditemukan sekitar 6 juta kejadian diare setiap tahunnya dan merupakan salah satu penyebab utama kesakitan dan kematian (Mokodompit, 2015). Mencuci tangan dengan air saja lebih umum dilakukan tetapi tidak efektif menjaga kesehatan dibandingkan mencuci tangan dengan sabun. Agar efektif WHO 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).

Selain mencuci tangan, 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. 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).

## 2. METODE PELAKSANAAN

Lokasi pengabdian masyarakat berada di Pulau Bungin Kecamatan Buer Kabupaten Sumbawa pada 10 Maret 2022 Pukul 14.00 – 16.30, Sasaran pengabdian masyarakat ini ditujukan kepada anak-anak usia pra sekolah yang berada di daerah tersebut. Pengabdian ini dilakukan dengan metode ceramah dan penerapan (aplikatif) langsung di lapangan yang dipimpin oleh tim pengabdian masyarakat.

### 1. METODE PENDEKATAN

Mengacu pada target luar yang diharapkan, untuk melakukan kegiatan edukasi dan aplikatif dalam personal hygiene cuci tangan dan gosok gigi ini dilakukan pendekatan secara personal dengan anak dan orang tua. Peran orang tua dalam upaya ini sangat diperlukan berhubung anak masih dalam usia prasekolah yang dimana mereka akan terbiasa dan menjadi aktivitas yang menyenangkan setiap melakukan atau menjaga personal hygiene mereka khususnya cuci tangan dan gosok gigi.

### 2. METODE PELAKSANAAN

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.

### 3. TAHAPAN-TAHAPAN PELAKSANAAN KEGIATAN

Langkah-langkah yang akan dilaksanakan untuk melancarkan kegiatan yaitu sebagai berikut :

- a. Survei lokasi yang akan menjadi sasaran edukasi kesehatan
- b. Mulai berkenalan terlebih dahulu kemudian melakukan perijinan untuk melakukan pengabdian masyarakat di tempat tersebut
- c. Materi kegiatan yang dilaksanakan adalah:

**Tabel 2.1 Rincian Kegiatan**

No	Pokok Bahasan	Petugas
1	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: leaflet, model anatomi gigi, infokus projector dan screen.	Pemateri
2	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	
3	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. Kemudian diberikan reward untuk anak yang dapat melakukan intruksi fasilitator dengan baik dan benar.
---

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Target peserta dalam kegiatan ini adalah anak usia prasekolah di pulau bugin yang diikuti oleh 30 orang anak, yang juga dihadiri oleh perwakilan pemerintah desa setempat, dan orang tua anak. Kami dengan pihak desa sudah berkoordinasi untuk penggunaan balai desa dalam penyelenggaraan kegiatan ini agar memudahkan anak-anak dan orang tua berkumpul ditempat yang biasa mereka melakukan kegiatan-kegiatan desa sebelumnya, dan juga untuk memudahkan diskusi, ceramah, dan praktik di ruangan terbuka agar anak-anak tidak bosan dan dapat mengikuti kegiatan hingga akhir acara mengingat hal ini memberikan edukasi positif terkait personal hygiene anak dan membentuk pola kebiasaan sehari-hari yang diharapkan dapat terus dilakukan oleh anak dan didampingi oleh orang tua dalam penerapannya.



**Gambar 3.1** Persiapan TIM Mengenai lokasi dan peserta



**Gambar 3.2** Pemaparan Materi



**Gambar 3.3** Praktik pelaksanaan gosok gigi dan cuci tangan



**Gambar 3.4** Diskusi dan evaluasi



**Gambar 3.5** Foto Bersama oleh Tim pengabmas, perwakilan pihak desa dan peserta

#### **4. KESIMPULAN**

Dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh tim pengabdian jurusan S1 Keperawatan STIKES Griya Husada Sumbawa, diperoleh hasil bahwa Penyuluhan dan pelatihan pelaksanaan Edukasi Dan Praktik Personal Hygiene Dengan G3CTPS (Gerakan Gosok Gigi Dan Cuci Tangan Pakai Sabun) Pada Anak Usia Prasekolah Di Pulau Bungin semua peserta sangat antusias mendengarkan penyuluhan terlebih saat praktek baik secara umum terutama saat mandiri berkelompok. Mereka mampu mengulang kembali apa yang telah diberikan. Tujuan dari kegiatan penyuluhan telah tercapai, diketahui dari evaluasi yang dilakukan mengalami peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan.

Saran yang dapat kami berikan sehubungan dengan kegiatan pengabdian ini adalah sarana prasana yang menunjang perlu ditambah agar proses penyuluhan dan pelatihan dapat berjalan lebih maksimal untuk waktu kedepannya serta kelanjutan dari kegiatan perlu dipantau dan diperhatikan agar anak dapat memahami pentingnya Personal Hygiene.

## REFERENCES

- Astuti, ep. hubungan peran orang tua dengan kebiasaan mencuci tangan pada anak prasekolah di taman kanak-kanak siwi peni guntur demak. *fikkess jurnal keperawatan*. 2011 okt;4(1):106-120
- A'diilah, N., & Somantri, I. (2016). *Efektifitas Terapi Mendongeng terhadap Kecemasan Anak Usia Toddler dan Prasekolah Saat Tindakan Keperawatan Effectiveness of Story Telling Therapy towards the Anxiety of Toddler and Pre- school Children during Nursing Intervention*. *Jkp*, 4(3), 248–254.
- Abiyo, A. (2016). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Storytelling Dalam Personal Hygiene Terhadap Hygienitas Kuku Pada Anak Usia Sekolah*.
- Ali, M., Devi, & Yusuf, A. (2015). *Peran Guru Terhadap Kebersihan Diri Anak Usia 4-5 Tahun Di Paud Sunitah Soedarso 1 Desa Jungkat. The Effects of Brief Mindfulness Intervention on Acute Pain Experience: An Examination of Individual Difference, 1, 1–10*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Ambarika, R., Agoes, A., Kristanto, H. (2015). *Analisa Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Waspada Pada Kelompok Resiko Tinggi Di Wilayah Puskesmas Poncokusumo Malang*. *Jurnal Indonesia Ilmu Pengetahuan Kesehatan*, Vol 5, No 2.
- Andriana, D. (2011). *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain Pada Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ariani, A. Putri (2016). *Diare: Pencegahan dan Pengobatannya*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Asy'ariyah, N. (2015). *Storytelling Sebagai Upaya Meningkatkan Konsumsi Sayur*. Vol 3:73.
- Bagiastra, I., & Damayanti, S. (2019). *Pemahaman Dan Penerapan Personal Hygiene Dan Sanitasi Pada Anak-Anak Sekolah Minggu Di Banjar Tri Parartha Perumnas Tanjung Karang Mataram*. *Media Bina Ilmiah* Vol. 13 No. 7.
- Bensley, R. J. (2009). *Metode Pendidikan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Damanik, R. (2018). *Pengaruh Storytelling Terhadap Personal Hygiene Pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Baburrahman Kecamatan Kualuh Hulu*. *Jurnal Mutiara Kesehatan dan Lingkungan Hidup* Vol.3 No.2
- Dharma, K. K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Trans InfoMedia.
- Isro'in L, Sulisty Andarmoyo. *Personal Hygiene*. 1st ed. Yogyakarta; 2012. P120 p
- 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

Vidya h, mustikasari s. hubungan pola asuh orangtua dengan kemandirian personal hygiene anak usia prasekolah di tkit permata mulia desa banjaragung kecamatan puri kabupaten Mojokerto. nurse health j keperawatan. 2019 oct 8;7(1):51.