

Edukasi Gosok Gigi Sebagai Upaya PHBS pada Siswa Paud, Kelurahan Ngampel, Kota Kediri

Raheva Miftakhul Janah¹, Muhammad Wahyu Rifa'i², Lambang Himawan³, Renata Eka Sayuti⁴, Jenny Krisdiana⁵, Destyana Ayunda Putri⁶, Annur Rifna Dewannia⁷, Rizki Farista Sari⁸, Vera Angelita Vebriyani⁹, Arya Bagus Susanto¹⁰, Rasyid Sanjaya¹¹, Naia Shafira Indriani Arbata¹²

Universitas Nusantara PGRI Kediri

Abstrak—Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya penting dalam menjaga kesehatan anak yang perlu ditanamkan sejak usia dini, khususnya pada aspek kebersihan gigi dan mulut. Berdasarkan hasil observasi awal di PAUD Kelurahan Ngampel, Kota Kediri, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman dan kebiasaan menggosok gigi yang baik dan benar meskipun sering mengonsumsi makanan dan minuman manis. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa PAUD mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut melalui edukasi gosok gigi sebagai bagian dari penerapan PHBS. Metode yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kualitatif melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui sosialisasi, demonstrasi, serta praktik langsung menggosok gigi dengan pendekatan edukatif dan menyenangkan yang disesuaikan dengan karakteristik anak usia dini. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai waktu dan cara menggosok gigi yang benar serta meningkatnya partisipasi dan antusiasme siswa selama kegiatan berlangsung. Edukasi gosok gigi secara interaktif terbukti efektif dalam menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini serta berpotensi membentuk kebiasaan hidup sehat secara berkelanjutan.

Kata Kunci— PHBS, gosok gigi, kesehatan gigi dan mulut, anak usia dini, PAUD..

Abstract—*Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an important effort in maintaining children's health that needs to be instilled from an early age, especially in the aspect of dental and oral hygiene. Based on the results of initial observations at PAUD Ngampel Village, Kediri City, it was found that most students did not have a good and correct understanding and habit of brushing their teeth even though they often consume sweet foods and drinks. This community service activity aims to increase the understanding and awareness of PAUD students regarding the importance of maintaining dental and oral hygiene through tooth brushing education as part of the implementation of PHBS. The method used is a qualitative descriptive approach through observation, interview, and documentation. The implementation of activities is carried out through socialization, demonstration, and direct practice of brushing teeth with an educational and fun approach that is tailored to the characteristics of early childhood. The results of the activity showed an increase in students' understanding of the correct time and way to brush their teeth as well as an increase in student participation and enthusiasm during the activity. Interactive brushing education is proven to be effective in instilling clean and healthy living behavior in early childhood and has the potential to form sustainable healthy living habits.*

Keywords— PHBS, brushing teeth, dental and oral health, early childhood, PAUD.

This is an open access article under the CC BY-SA License.

Corresponding Author:

Raheva Miftakhul Janah,
Pendidikan Biologi,
Universitas Nusantara PGRI Kediri,
Email: rahevamiftakhul@gmail.com



I. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang perlu ditanamkan sejak usia dini. Penanaman PHBS pada anak usia dini bertujuan membentuk kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan hingga dewasa. Anak berada pada fase perkembangan awal yang sangat peka terhadap pembiasaan perilaku, sehingga pendidikan kesehatan yang diberikan sejak dini akan lebih mudah diterima dan diinternalisasi dalam kehidupan sehari-hari (Hudzaifa & Putri, 2023; Nur *et al.*, 2022).

Salah satu aspek penting dalam penerapan PHBS pada anak usia dini adalah menjaga kebersihan gigi dan mulut. Anak cenderung mengonsumsi makanan dan minuman manis yang berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan gigi, seperti karies dan gigi berlubang, apabila tidak diimbangi dengan kebiasaan membersihkan gigi secara benar (Jamil, 2024). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) menegaskan bahwa penerapan PHBS di lingkungan sekolah, termasuk pada satuan PAUD, berperan penting dalam membangun perilaku sehat melalui pembiasaan rutin dan lingkungan yang mendukung.

Permasalahan rendahnya kesadaran dan pemahaman anak usia dini terhadap pentingnya kebersihan gigi dan mulut masih sering ditemukan di berbagai satuan pendidikan. Kurangnya edukasi kesehatan sejak dini berpotensi membentuk kebiasaan yang kurang sehat dan dapat berdampak pada kesehatan anak secara umum serta kenyamanan dalam proses belajar (Waqfin *et al.*, 2024). Oleh karena itu, diperlukan kegiatan edukasi kesehatan yang dirancang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini agar pesan kesehatan dapat dipahami secara optimal (Saepudin, 2025).

Pendidikan kesehatan gigi dan mulut pada anak usia dini akan lebih efektif apabila disampaikan melalui pendekatan pembelajaran berbasis bermain. Pendekatan ini mampu meningkatkan minat, perhatian, dan keterlibatan aktif anak dalam proses pembelajaran. Penggunaan media visual, permainan edukatif, serta praktik langsung seperti simulasi menggosok gigi dapat memberikan pengalaman belajar yang konkret dan menyenangkan bagi anak (Sari *et al.*, 2021). Pendekatan promotif dan preventif ini juga sejalan dengan rekomendasi World Health Organization (2020) dalam upaya peningkatan kesehatan gigi anak secara berkelanjutan.

Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, program Kuliah Kerja Nyata (KKN) menjadi sarana strategis bagi mahasiswa untuk berperan aktif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat di tingkat lokal. Melalui kegiatan KKN, mahasiswa dapat mengimplementasikan pengetahuan akademik dalam bentuk sosialisasi dan pendampingan edukatif di lingkungan PAUD. Kegiatan pengabdian yang dikemas secara interaktif dan kontekstual memungkinkan mahasiswa berperan sebagai agen perubahan dalam menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya terkait kebersihan gigi dan mulut pada anak usia dini (Cahyaningtyastuti *et al.*, 2020; Widodo & Lestari, 2022).

II. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif (Pramesti & Lestarinigrum, 2021). Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran secara mendalam mengenai kondisi awal perilaku siswa PAUD terkait kebiasaan menjaga kebersihan gigi dan mulut, proses pelaksanaan sosialisasi gosok gigi, serta respons dan perubahan pemahaman siswa setelah mengikuti kegiatan. Pendekatan deskriptif kualitatif memungkinkan peneliti mendeskripsikan fenomena secara alami berdasarkan hasil pengamatan langsung di lapangan tanpa melakukan perlakuan eksperimental (Debi, 2022).

A. Sasaran dan Lokasi Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah siswa PAUD di Kelurahan Ngampel, Kota Kediri. Kegiatan dilaksanakan di lingkungan PAUD setempat dengan melibatkan anak-anak sebagai subjek utama kegiatan sosialisasi, serta didukung oleh guru dan pendamping dalam pelaksanaan kegiatan.

B. Tahapan Pelaksanaan

Pengumpulan data dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui beberapa teknik, yaitu:

1. Observasi
Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku awal siswa terkait kebiasaan jajan, konsumsi makanan manis, serta kebiasaan menjaga kebersihan gigi dan mulut sebelum kegiatan sosialisasi dilaksanakan. Selain itu, observasi juga dilakukan selama dan setelah kegiatan sosialisasi untuk melihat keterlibatan, antusiasme, dan respons siswa terhadap materi gosok gigi yang diberikan.
2. Wawancara
Wawancara dilakukan secara informal kepada guru PAUD dan pendamping untuk memperoleh informasi pendukung mengenai kebiasaan anak sehari-hari, khususnya terkait pola makan, jajan, serta pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.
3. Dokumentasi
Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan, catatan lapangan, dan arsip pelaksanaan sosialisasi. Dokumentasi ini berfungsi untuk memperkuat hasil observasi dan sebagai bukti pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

C. Teknik Analisis

Analisis data dilakukan secara kualitatif melalui beberapa tahapan, yaitu:

1. Reduksi Data
Data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi diseleksi dan difokuskan pada data yang relevan dengan tujuan kegiatan, yaitu perilaku siswa sebelum dan setelah sosialisasi gosok gigi.
2. Penyajian Data
Data yang telah direduksi disajikan dalam bentuk uraian deskriptif naratif yang menggambarkan kondisi awal siswa, proses pelaksanaan sosialisasi, serta perubahan pemahaman dan perilaku siswa terkait kebersihan gigi dan mulut.
3. Penarikan Kesimpulan
Tahap penarikan kesimpulan dilakukan dengan menafsirkan data yang telah disajikan untuk mengetahui efektivitas kegiatan sosialisasi gosok gigi sebagai upaya penerapan PHBS pada siswa PAUD.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi gosok gigi sebagai upaya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan di PAUD Kelurahan Ngampel, Kota Kediri. Kegiatan ini melibatkan anak usia dini sebagai subjek utama dengan pendampingan guru dan mahasiswa pelaksana pengabdian. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pendekatan edukatif dan partisipatif yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak usia dini.

Berdasarkan hasil observasi awal sebelum kegiatan sosialisasi dilaksanakan, ditemukan bahwa sebagian besar anak belum memiliki pemahaman mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut. Anak-anak terbiasa mengonsumsi jajanan dan makanan manis, seperti permen, minuman manis, dan es krim pada waktu istirahat tanpa diikuti kebiasaan membersihkan gigi. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku konsumsi makanan manis belum diimbangi dengan pengetahuan mengenai dampaknya terhadap kesehatan gigi, sehingga berpotensi menimbulkan masalah kesehatan gigi dan mulut sejak usia dini.



Gambar 3.1 sosialisasi gosok gigi

Pelaksanaan sosialisasi gosok gigi dilakukan melalui penyampaian materi sederhana, demonstrasi cara menggosok gigi yang benar, serta kegiatan praktik bersama. Materi disampaikan dengan bahasa yang mudah dipahami anak, disertai media visual dan aktivitas interaktif agar anak lebih tertarik dan terlibat secara aktif. Selama kegiatan berlangsung, anak menunjukkan antusiasme yang cukup tinggi, terlihat dari keaktifan mereka dalam mengikuti instruksi, menjawab pertanyaan sederhana, dan menirukan gerakan menggosok gigi yang dicontohkan.

Hasil pengamatan selama dan setelah kegiatan sosialisasi menunjukkan adanya perubahan pada pemahaman anak terkait kebersihan gigi dan mulut. Anak mulai mengenal waktu yang tepat untuk menggosok gigi, terutama setelah mengonsumsi makanan manis dan sebelum tidur. Selain itu, anak juga mulai memahami bahwa kebiasaan menggosok gigi bertujuan untuk menjaga kesehatan gigi agar tidak mudah rusak. Perubahan ini terlihat dari kemampuan anak menyebutkan kembali langkah-langkah menggosok gigi serta partisipasi aktif saat praktik berlangsung.



Gambar 3.2 praktek gosok gigi

Secara pembahasan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa sosialisasi gosok gigi yang dilakukan melalui pendekatan langsung dan menyenangkan mampu meningkatkan pemahaman anak usia dini terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Pembelajaran yang melibatkan pengalaman langsung terbukti lebih efektif bagi anak usia dini karena sesuai dengan tahap perkembangan kognitif dan motorik mereka. Anak tidak hanya menerima informasi secara verbal, tetapi juga belajar melalui aktivitas praktik yang konkret.



Gambar 3.3 foto bersama siswa paud dan guru

Selain berdampak pada peningkatan pemahaman anak, kegiatan sosialisasi ini juga memberikan kontribusi dalam membangun kebiasaan positif sejak dini. Keterlibatan aktif anak selama kegiatan menunjukkan bahwa pembiasaan perilaku sehat dapat dilakukan melalui kegiatan sederhana yang terintegrasi dengan aktivitas belajar dan

bermain. Dengan demikian, sosialisasi gosok gigi sebagai bagian dari PHBS dapat menjadi langkah preventif dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut anak usia dini serta mendukung pembentukan perilaku sehat secara berkelanjutan.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui program KKN-T Universitas Nusantara PGRI Kediri di wilayah Kelurahan Ngampel, khususnya di jenjang pendidikan PAUD, memberikan dampak positif pada penanaman perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini. Sebelum pelaksanaan kegiatan ini, siswa PAUD di Kelurahan Ngampel belum memahami bagaimana cara menggosok gigi yang baik dan benar serta bagaimana cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Setelah melakukan sosialisasi anak mulai mengenal pengaruh konsumsi makanan dan minuman manis terhadap kesehatan gigi serta memahami bahwa kebiasaan menggosok gigi merupakan bagian penting dalam menjaga kesehatan diri.

Pelaksanaan sosialisasi yang dikemas melalui pendekatan edukatif, demonstrasi, dan praktik langsung mampu meningkatkan keterlibatan serta antusiasme anak selama kegiatan berlangsung. Kegiatan yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak usia dini memudahkan anak dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan. Pembelajaran yang bersifat langsung dan menyenangkan terbukti lebih efektif dalam menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini.

Secara keseluruhan, sosialisasi gosok gigi sebagai bagian dari penerapan PHBS dapat menjadi langkah preventif dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak usia dini. Kegiatan ini tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan anak, tetapi juga berpotensi mendukung pembiasaan perilaku sehat yang berkelanjutan apabila dilakukan secara rutin dan didukung oleh lingkungan sekolah serta peran orang tua. Dengan demikian, kegiatan serupa perlu terus dikembangkan sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyaningtyastuti, I., Widodo, S., & Lestari, D. (2020). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini melalui pembelajaran interaktif. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 85–92.
- Hudzaifa, A., & Putri, R. D. (2023). Implementasi perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini sebagai upaya peningkatan derajat kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 45–52.
- Jamil, M. (2024). Pola konsumsi makanan manis dan dampaknya terhadap kesehatan gigi anak usia dini. *Jurnal Ilmu Kesehatan Anak*, 6(1), 23–30.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah*. Kementerian Kesehatan RI.
- Nur, A., Rahmawati, S., & Hidayat, T. (2022). Pendidikan kesehatan pada anak usia dini dalam membentuk perilaku hidup sehat. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 101–109.
- Saepudin, E. (2025). Strategi sosialisasi kesehatan berbasis karakteristik anak usia dini. *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 12(1), 55–63.
- Sari, D. P., Wulandari, R., & Kusuma, A. (2021). Pembelajaran berbasis bermain dalam meningkatkan kesadaran kesehatan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 15(2), 187–195.
- Waqfin, M. S., Anisa, N., & Prasetyo, B. (2024). Pengaruh edukasi kesehatan gigi terhadap perilaku kebersihan mulut anak usia dini. *Jurnal Kesehatan Gigi dan Mulut*, 5(1), 34–41.

Widodo, A., & Lestari, S. (2022). Peran mahasiswa KKN dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat berbasis edukasi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 3(2), 66–74.

World Health Organization. (2020). *Improving oral health among children: Global strategies and interventions*. World Health Organization.