



## Promosi Kesehatan Sikat Gigi dan Cuci Tangan 6 Langkah pada Siswa TK Laboratorium Universitas Nusantara PGRI Kediri

**Dhian Ika Prihananto, Nia Sofi Qurotul\* , Tiara Dwi Priyatna, Dila Putri Suhendra, Assyalwa  
Rahma Sarifatus Tsuroya, Sylvia Nuroini Khusna**

Prodi D-III Keperawatan, Universitas Nusantara PGRI Kediri

\*Email korespondensi: [niasofi35@gmail.com](mailto:niasofi35@gmail.com)

**Diterima:**  
17 Januari 2024

**Dipresentasikan:**  
20 Januari 2024

**Disetujui Terbit:**  
3 Februari 2024

### ABSTRAK

Masalah kesehatan gigi dan mulut yang paling umum dialami masyarakat adalah karies gigi. Menurut WHO (*World Health Organization*) diseluruh dunia hampir 60-90% anak sekolah memiliki karies gigi dan hampir 100% orang dewasa memiliki gigi berlubang. Kebiasaan menggosok gigi yang baik dapat mencegah karies gigi, karena menggosok gigi yang baik adalah salah satu tindakan yang paling efektif untuk mencegah karies gigi. Perilaku cuci tangan sering dianggap sebagai hal yang sepele di masyarakat, padahal cuci tangan dapat memberikan kontribusi pada peningkatan status kesehatan masyarakat. Anak-anak usia sekolah mempunyai kebiasaan kurang memperhatikan perlunya cuci tangan dalam kehidupan sehari-hari, terutama ketika di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami tentang pentingnya cuci tangan, kesehatan gigi dan mulut serta cara sikat gigi yang baik dan benar. Metode pengabdian menggunakan penyuluhan dan demo cuci tangan dengan sabun dan gosok gigi dengan benar. Hasil kegiatan ini telah dilakukan di TK Laboratorium Universitas Nusantara PGRI Kediri, sasaran murid semua siswa Tk Laboratorium UNP Kediri yang jumlahnya sebanyak 45 orang, berupa penyuluhan sikat gigi dan cuci tangan 6 langkah untuk seluruh siswa, pembagian sikat gigi dan pasta gigi untuk menyikat gigi bersama dan mencuci tangan pakai sabun yang dipandu oleh tim pengabdian masyarakat. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah vidio sikat gigi dan cuci tangan, phantom gigi. Kesimpulan kegiatan pada siswa TK Laboratorium Universitas Nusantara PGRI Kediri yaitu telah melaksanakan kegiatan mencuci tangan pakai sabun sebagai upaya mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat dan kegiatan penyuluhan kesehatan gigi, menyikat gigi bersama.

**Kata kunci:** PHBS, sikat gigi, cuci tangan 6 langkah

### 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. PHBS di sekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan PHBS, dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.

Penerapan kebiasaan PHBS masyarakat indonesia masih rendah, terutamanya pada anak-anak yang mau mencuci tangan dengan menggunakan sabun hingga tahun 2017 rata-rata 12%. Mencuci tangan dengan menggunakan yang paling efektif untuk mencegah diare, penyakit kulit, dan gatal-gatal. Selain cuci tangan, kesadaran anak-anak akan gosok gigi yang baik dan benar juga masih rendah. Anak usia sekolah dasar memiliki tingkat kesadaran yang sangat kurang mengenai bagaimana menjaga kesehatan dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Salah



satu contohnya yaitu kurang sadarnya siswa-siswa untuk mencuci tangan dan gosok gigi yang baik dan benar. Anak usia sekolah ini hanya mengerti cara mencuci tangan dengan air dan sabun tetapi tidak mengerti bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar. Mencuci tangan yang tidak baik dan benar, akan meninggalkan kuman atau kurang bersih sehingga akan menimbulkan penyakit (Ardianto, 2017).

Menggosok gigi merupakan cara yang paling mudah dan efektif untuk dilakukan dengan baik dan benar agar sisa makan benar benar dapat dihilangkan dari permukaan gigi (Karinta, 2011). Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 4-6 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 Pemberian Edukasi Kesehatan. Edukasi yang diberikan kepada siswa TK Laboratorium UNP Kediri yaitu cara mencuci tangan dengan sabun serta menggosok gigi dengan baik dan benar.

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan dengan menggunakan metode yang disesuaikan dengan kondisi lingkungan TK Laboratorium UNP Kediri yaitu melakukan penyuluhan di sekolah taman kanak-kanak guna memberikan pengetahuan kepada siswa mengenai pola hidup bersih dan sehat, penyediaan alat dan bahan seperti sabun cuci tangan, phantom gigi odol dan sikat gigi untuk menggosok gigi disertai dengan mendemonstrasikan cara mencuci tangan dan gosok gigi yang baik dan benar untuk semua siswa. Selain itu, kami juga melakukan sesi tanya jawab setelah memaparkan materi yang telah diberikan berupa pemutaran video animasi tentang cuci tangan dan gosok gigi. Kegiatan ini diikuti oleh semua siswa. Kami semua mahasiswa penyuluhan ikut terlibat dalam kegiatan ini. Setiap kelas didampingi oleh tiga mahasiswa. Tugas pendamping yaitu memberikan arahan kepada siswa-siswa tentang tata cara cuci tangan serta gosok gigi yang baik dan benar saat di luar ruangan. Selesai kegiatan ini mahasiswa melakukan kegiatan monitoring, untuk mengetahui tingkat keberhasilannya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan pada hari Rabu 8 November 2023 bertempat di TK Laboratorium UNP Kediri. Materi yang diberikan yaitu tentang cuci tangan dan gosok gigi dengan menggunakan media video animasi (Gambar 1). Setelah materi selesai siswa diberikan pertanyaan-pertanyaan tentang dampak dan langkah-langkah cuci tangan serta gosok gigi. Setelah itu, mempratekkan langkah-langkah cuci tangan dan gosok gigi di halaman sekolah. Pemberian materi ini diharapkan dapat dipahami siswa-siswa TK Laboratorium UNP Kediri tentang pentingnya cuci tangan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas, seperti cuci tangan sebelum makan dan memegang uang. Serta, dapat menerapkan cara menggosok gigi yang baik dan benar sehari tiga kali.

Mencuci tangan merupakan hal yang disepelkan oleh kebanyakan orang terutama oleh anak-anak kecil. Mencuci tangan tidak hanya dengan membasahi dengan air, tetapi akan lebih sempurna jika menggunakan sabun, air mengalir dan mengikuti enam langkah cuci tangan yang baik dan benar. Mencuci tangan dengan sempurna adalah kewajiban setiap orang yang harus dilaksanakan untuk menjaga kesehatan tubuh. Banyak orang yang menganggap sepele cuci tangan ini, karena mereka tidak mengetahui dampak mencuci tangan yang kurang atau tidak bersih. Mencuci tangan yang kurang bersih tidak akan membuat kuman yang menempel pada tangan itu hilang. Hal tersebutlah yang membuat kebanyakan orang mengalami sakit seperti, diare, gatal-gatal dan menyebabkan penyakit kulit. Tangan harus tetap terjaga kebersihannya, mencuci tangan harus dilakukan sebelum dan sesudah makan

atau aktivitas. Tidak hanya menjaga kebersihan tangan, gigi juga perlu dijaga. Gigi yang tidak dijaga akan menyebabkan kekeroposan, sakit gigi, bau mulut yang tidak sedap, dan banyak lagi penyakit yang ditimbulkan.

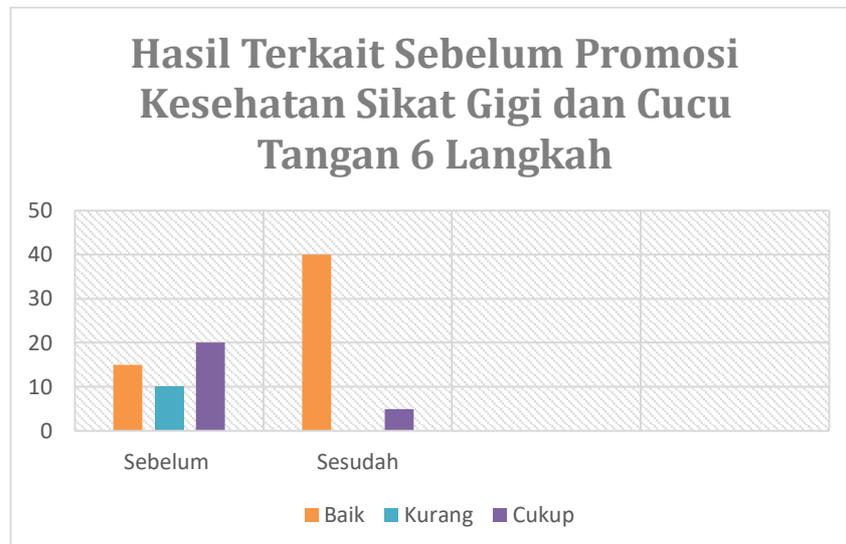


**Gambar 1. Pemaparan materi dan tanya jawab tentang cuci tangan dan gosok gigi**



**Gambar 2. Praktik tentang cuci tangan dan gosok gigi**

Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat yang membahas tentang cuci tangan dan sikat gigi ini diawali dengan pemaparan materi dengan media video animasi yang kemudian dijelaskan kembali oleh mahasiswa D3 Keperawatan UNP Kediri. Penggunaan media ini sangat efektif, karena siswa-siswa memperhatikan pemaparan materi tersebut dari awal hingga akhir. Selain itu, kami juga memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa-siswa mengenai materi yang sudah dijelaskan untuk mengetahui apakah mereka memahami materi tersebut. Mahasiswa D3 Keperawatan UNP Kediri memberikan reward kepada siswa-siswa yang mampu menjawab pertanyaan. Selesai pemaparan materi, mahasiswa D3 Keperawatan UNP Kediri mengajak siswa-siswa Tk Laboratorium UNP Kediri untuk mempraktekkan cara cuci tangan dan sikat gigi yang telah dipelajari di ruangan. Kegiatan di luar ruangan ini diikuti siswa-siswa dengan sangat antusias, hal ini dapat terlihat dari semangat mereka dalam mempraktikkan cara mencuci tangan serta gosok gigi yang baik dan benar. Siswa-siswa berebut maju kedepan untuk mempraktikkan cuci tangan dan sikat gigi tersebut di hadapan teman-teman lainnya. Persentase kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat mengenai cuci tangan dan gosok gigi ini sangat baik dan memuaskan. Hal tersebut dapat diketahui dari monitoring yang dilakukan mahasiswa D3 Keperawatan UNP Kediri setelah kegiatan ini. Kegiatan memonitoring siswa Tk Laboratorium UNP Kediri, mereka mampu menerapkan materi yang telah dipaparkan oleh mahasiswa D3 Keperawatan UNP Kediri dalam kehidupan sehari-hari.



**Gambar 4 Hasil Terkait Sebelum Promosi Kesehatan Sikat Gigi dan Cuci Tangan 6 Langkah**

Narasi : Sebelum dilakukan promosi kesehatan mengenai pentingnya sikat gigi dan cuci tangan 6 langkah dari 45 siswa Taman Kanak-kanak yang diambil tim penyuluh terdapat masih banyak anak ataupun siswa yang belum melakukan sikat gigi dan cuci tangan 6 langkah dengan baik dan benar. Setelah dilakukannya promosi kesehatan sikat gigi dan cuci tangan 6 langkah pada siswa Taman Kanak-kanak maka dapat diambil kesimpulan bahwa sudah banyak siswa yang faham akan pentingnya sikat gigi dan cuci tangan 6 langkah dengan baik dan benar. Dari diagram diatas dijelaskan bahwasanya sudah banyak siswa yang mendapatkan pengetahuan mengenai sikat gigi dan cuci tangan 6 langkah.

#### **KESIMPULAN**

Penyuluhan mencuci tangan dan menggosok gigi yang diadakan oleh mahasiswa D3 Keperawatan UNP Kediri kepada siswa Tk Laboratorium UNP Kediri di karenakan untuk menyadarkan kembali tentang pentingnya menjaga kebersihan dengan cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang baik dan benar dan juga diharapkan agar siswa Tk Laboratorium UNP Kediri dapat menerapkan cara mencuci tangan dan menggosok gigi dengan baik dan benar. Perilaku ini tidak hanya bisa diterapkan di lingkungan sekolah saja, tetapi juga di lingkungan rumah. Adanya penyuluhan ini dapat menambah ilmu pengetahuan siswa-siswi Tk Laboratorium UNP Kediri untuk menyempurnakan kembali mencuci tangan dan menggosok gigi yang sudah biasa mereka lakukan. Serta mampu mengetahui apa saja dampak yang diakibatkan dari mencuci tangan dan menggosok gigi yang kurang baik. Hasil dari penyuluhan ini yaitu siswa-siswi Tk Laboratorium UNP Kediri mampu menerapkan materi yang dipaparkan oleh mahasiswa D3 Keperawatan UNP Kediri di dalam kehidupan sehari-hari.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Anam Priyatno. 2014. 7 langkah Cara Mencuci Tangan Yang Benar Menurut WHO. <http://www.sditmadani.sch.id/2014/01/7-langkah-caraMencuci-tangan-yang.html>.
- Ardianto, Efri Tri, Dony Setiawan Hendyca Putra, dan Andri Permana. (2017). Penyuluhan Kesehatan dan Praktik CTPS & PHBS Pada Siswa di Madrasah Ibtidayah Al-Badri Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat.2017 ISBN : 978-602-14917-4-4. Dipeti 20 Februari 2020 dari [https://scholar.google.co.id/scholarhl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=penyuluhan+kesehatan+d\\_an+praktik+CTPS+%26+PHBS&btnG=#d=gs\\_gabs&u=%23p%3DGWfsri7PwasJ](https://scholar.google.co.id/scholarhl=id&as_sdt=0%2C5&q=penyuluhan+kesehatan+d_an+praktik+CTPS+%26+PHBS&btnG=#d=gs_gabs&u=%23p%3DGWfsri7PwasJ)
- Arifiyanto. 2008. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). <http://creasoft.Wordpress.com/2008/07/29/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs/>
- Budiharto. 2013. *Pengantar Ilmu Perilaku Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan Gigi*. Jakarta:



EGC

Karinta 2011. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada anak sekolah dasar.

Notoatmodjo, S. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga. Jakarta: PT Rineka Cipta