

PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SDN 9 NANGGALA TAHUN 2023

Olgrid Algarini Allo¹, Agustina Marna², Julia Monika³

Institut Toraja Raya Indonesia^{1,2,3}

olgridalgariniallo@gmail.com

Abstrak (Indonesia)

Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis karena pada usia tersebut anak rentan mengalami masalah kesehatan. Penerapan PHBS di sekolah dilakukan untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan bagi siswa SDN 9 Nanggala.

Kegiatan tahap pelaksanaan dimulai dengan survei lapangan ke SDN 9 Nanggala. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 8 Mei 2023. Tim pengabdian melakukan diskusi dengan para guru di SDN SDN 9 Nanggala. Tanggal pelaksanaan pada tanggal 12 Mei 2023 Pukul 09.00 Wita sampai pukul 11.30 Wita. Tempat pelaksanaan di SDN 9 Nanggala.

Kegiatan ini merupakan salah satu rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen program studi Profesi Ners Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2023.

Program ini berlangsung lancar sesuai dengan rancangan Program dan berakhir tepat waktu. Keberhasilan program ini juga dapat dilihat dari antusiasme siswa-siswa SD ketika mengikuti penyuluhan dan ketika menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan saat games maupun saat mempraktekan kegiatan sikat gigi dan cuci tangan serta memotong kuku di lapangan.

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan kesehatan tentang PHBS mencuci tangan dan menggosok gigi di SDN SDN 9 Nanggala.

Kata kunci: PHBS, Mencuci Tangan, Menggosok Gigi

Abstract (English)

School-aged children are a critical age group because at that age children are vulnerable to experiencing health problems. The implementation of PHBS in schools is carried out to prevent disease and improve health for students at SDN 9 Nanggala.

The implementation phase activities began with a field survey at SDN 9 Nanggala. The field survey was carried out by the service team on May 8 2023. The service team held discussions with teachers at SDN SDN 9 Nanggala. The implementation date was May 12 2023 at 09.00 WITA until 11.30 WITA. The place of implementation was at SDN 9 Nanggala.

This activity is one of a series of community service activities carried out by a team of lecturers from the Toraja Raya Indonesia Institute of Nursing Profession study program in 2023.

This program ran smoothly according to the program design and ended on time. The success of this program can also be seen from the enthusiasm of elementary school students when participating in counseling and when answering questions given during games and when practicing toothbrushing and washing hands and cutting nails in the field.

Community service activities have been carried out in the

Keywords: PHBS, Washing Hands, Brushing Teeth

**Correspondent Author :*

Email : olgridalgariniallo@gmail.com

PENDAHULUAN

Kebersihan diri adalah upaya individu dalam memelihara kebersihan diri yang meliputi kebersihan rambut, gigi dan mulut, mata, telinga, kuku, kulit, dan tangan. Pemeliharaan kebersihan diri sangat menentukan status kesehatan, dimana individu secara sadar dan atas inisiatif pribadi menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit. Pengetahuan kebersihan diri sangat dibutuhkan oleh setiap individu dalam mempertahankan kebiasaan hidup yang sesuai dengan kesehatan dan akan menciptakan kesejahteraan serta kesehatan yang optimal, dengan melakukan perawatan kesehatan diri. Sekolah merupakan salah satu tempat pendidikan yang umum digunakan oleh setiap orang. Pada saat sekarang ini sekolah bukan hanya memberikan pelayanan berupa pendidikan umum saja, tetapi juga memberikan pendidikan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Anak usia sekolah baik tingkat prasekolah, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, dan sekolah menengah atas adalah suatu masa usia anak yang sangat berbeda dengan usia dewasa. Di dalam periode ini didapatkan banyak permasalahan kesehatan yang sangat menentukan kualitas anak dikemudian hari. Masalah kesehatan tersebut meliputi kesehatan umum, gangguan perkembangan, gangguan perilaku, dan gangguan belajar. Permasalahan kesehatan tersebut akan menghambat pencapaian prestasi pada peserta didik di sekolah. Dilihat dari para siswa sekolah dasar, masalah kesehatan yang dihadapi terkait dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang belum diterapkan dengan baik, sehingga menimbulkan permasalahan kesehatan, seperti masalah cacingan, diare, dan Saluran Pernafasan Akut (ISPA). Untuk itu kami melakukan penyuluhan ke SDN 9 Nanggala tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, khususnya cara memotong kuku dan sikat gigi.

METODE PELAKSANAAN

a. Tahapan Kegiatan

Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lapangan ke SDN 9 Nanggala. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 8 Mei 2023. Tim pengabdian melakukan diskusi dengan para guru di SDN 9 Nanggala.

Tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui Kepala SDN 9 Nanggala. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama satu hari. Tanggal pelaksanaan kegiatan pada tanggal 12 Mei 2023 Pukul 09.00 Wita sampai pukul 11.30 Wita. Tempat pelaksanaan di SDN 9 Nanggala.

Agar kegiatan yang dilakukan ini dapat berjalan efektif sesuai dengan jumlah murid dan juga materi yang disampaikan, maka teknis untuk kegiatan ini adalah penyuluhan dibagi dalam dua tahap. Tahap pertama penyuluhan untuk SD kelas IV dan tahap kedua untuk penyuluhan SD kelas V, dimana materi yang diberikan pun

lebih lengkap dan kompleks. Hal itu dilakukan di SDN 9 Nanggala mengingat jumlah keseluruhan siswa kelas IV & V yang dimiliki SD tersebut adalah sekitar 70 anak.

Adapun susunan kegiatan penyuluhan dikemas semenarik mungkin sehingga dapat menarik minat dari anak-anak SD yang dijadikan sebagai sasaran program. Kegiatan Penyuluhan dibagi dalam 2 sesi. Sesi pertama adalah penyuluhan Kesehatan Gigi yang dikemas dalam slide dimana lebih banyak menggunakan gambar. Setelah itu peragaan cara menyikat gigi yang benar dengan menggunakan Model Gigi. Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan hiburan seperti menyanyi bersama lagu-lagu yang bertemakan kesehatan disertai games berupa pertanyaan-pertanyaan tentang materi yang telah disampaikan. Bagi siswa yang berhasil menjawab dengan benar maka akan diberikan hadiah berupa buku tulis, bolpen, ataupun pensil. Bagi siswa-siswi yang tidak mendapat kesempatan untuk menjawab pertanyaan, tetap diberikan hadiah berupa pembatas buku berbentuk gigi yang telah disiapkan oleh tim sebelumnya. Akhirnya, kegiatan pun diakhiri dengan kegiatan sikat gigi dan cuci tangan massal, sehingga peserta dapat langsung mempraktekan materi serta peragaan yang sudah diberikan sebelumnya. Kegiatan ditutup dengan penyerahan sekaligus pemasangan poster berisi ajakan sikat gigi sebanyak 3 kali sehari yang dibuat oleh tim kepada masing-masing Sekolah.

b. Solusi yang di tawarkan

Tim pengabdian menawarkan beberapa solusi terkait peningkatan pemahaman siswa tentang PHBS di SDN 9 Nanggala. Pertama adalah perlunya mengedukasi siswa SDN 9 Nanggala mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat terutama mencuci tangan dan menggosok gigi untuk mencegah terjadinya gangguan kesehatan. Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan penyuluhan kesehatan terhadap siswa. Solusi kedua, siswa diberi edukasi kesehatan mengenai cara mencuci tangan dan menggosok gigi. Praktek mencuci tangan dan menggosok gigi dilaksanakan di halaman SDN 9 Nanggala. Solusi ketiga adalah peningkatan prasarana SDN 9 Nanggala dengan menyarankan agar sekolah menyediakan sarana untuk melakukan cuci tangan berupa air yang mengalir dan sabun cuci tangan.

c. Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan

Tanggal Pelaksanaan : 12 Mei 2023
Pukul : 09.00 Wita - selesai
Tempat Pelaksanaan : SDN 9 Nanggala

d. Rundown Kegiatan

Adapun Susunan acara Program Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Cuci Tangan yang dilangsungkan di SDN 9 Nanggala adalah sebagai berikut :

Kelas 1-3

Waktu	Kegiatan	Durasi	Keterangan
07.00-08.00	Sudah sampai di SD + Persiapan Ruangan	1 jam	Siapkan LCD, ambil air, dll
08.00-08.30	Penyuluhan Kesehatan Gigi dancaramemotong kuku Kelas IV SD	30 menit	TIM
08.30-08.40	Penyuluhan Cuci Tangan Kelas IV SD	10 menit	TIM

08.40-09.10	Games + Hiburan	30 menit	TIM
09.10-09.40	Sikat Gigi Bareng	30 menit	TIM

Keterangan :

Kegiatan Sikat Gigi dan Cuci Tangan Massal tetap dilangsungkan oleh tim, sedangkan tim di dalam Ruangan tetap melanjutkan Penyuluhan untuk kelas V SD.

Kelas V

Waktu	Kegiatan	Durasi	Keterangan
09.15-09.50	Penyuluhan Kesehatan Gigi dan cara memotong kuku	1 jam	Siapkan LCD, siapkan sikat gigi, odol dan air
09.50-10.00	Penyuluhan cuci Tangan	30 menit	TIM
10.10-10.30	Games+ Hiburan	10 menit	TIM
10.30-11.00	Sikat Gigi bersama	30 menit	TIM
11.00	Penyerahan Poster Gigi kepada Sekolah	30 menit	TIM

e. Jon Desk Tim Pelaksanaan

No	Nama Tim	Keterangan
1	Olgrid Algarini Allo	Ketua Tim
2	Agustina Marna	Anggota
3	Juliah Monika	Mahasiswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Agar kegiatan yang dilakukan ini dapat berjalan efektif sesuai dengan jumlah murid dan juga materi yang disampaikan, maka teknis untuk kegiatan ini adalah penyuluhan dibagi dalam dua tahap. Tahap pertama penyuluhan untuk SD kelas IV dan tahap kedua untuk penyuluhan SD kelas V, dimana materi yang diberikan pun lebih lengkap dan kompleks. Hal itu dilakukan di SDN 9 Nanggala mengingat jumlah keseluruhan siswa kelas IV & V yang dimiliki SD tersebut adalah sekitar 70 anak.

Adapun susunan kegiatan penyuluhan dikemas semenarik mungkin sehingga dapat menarik minat dari anak-anak SD yang dijadikan sebagai sasaran program. Kegiatan Penyuluhan dibagi dalam 2 sesi. Sesi pertama adalah penyuluhan Kesehatan Gigi yang dikemas dalam slide dimana lebih banyak menggunakan gambar. Setelah itu peragaan cara menyikat gigi yang benar dengan menggunakan Model Gigi. Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan hiburan seperti menyanyi bersama lagu-lagu yang bertemakan kesehatan disertai games berupa pertanyaan-pertanyaan tentang materi yang telah disampaikan. Bagi siswa yang berhasil menjawab dengan benar maka akan diberikan hadiah berupa buku tulis, bolpen, ataupun pensil. Bagi siswa-siswi yang tidak mendapat kesempatan untuk menjawab pertanyaan, tetap diberikan hadiah berupa pembatas buku berbentuk gigi yang telah disiapkan oleh tim sebelumnya. Akhirnya, kegiatan pun diakhiri dengan kegiatan sikat gigi dan cuci

tangan massal, sehingga peserta dapat langsung mempraktekan materi serta peragaan yang sudah diberikan sebelumnya. Kegiatan ditutup dengan penyerahan sekaligus pemasangan poster berisi ajakan sikat gigi sebanyak 3 kali sehari yang dibuat oleh tim kepada masing-masing Sekolah.

Program ini berlangsung lancar sesuai dengan rancangan Program dan berakhir tepat waktu. Keberhasilan program ini juga dapat dilihat dari antusiasme siswa-siswa SD ketika mengikuti penyuluhan dan ketika menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan saat games maupun saat mempraktekan kegiatan sikat gigi dan cuci tangan serta memotong kuku di lapangan.

B. Luaran

Pada kegiatan pengabdian ini, tim pengabdian membuat artikel hasil pengabdian kepada masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat khususnya mencuci tangan dan menggosok gigi. Artikel ini akan diterbitkan dalam jurnal Pengabdian Kesehatan Promotif oleh Institut Toraja Raya Indonesia.

KESIMPULAN

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbasis prodi oleh Prodi Profesi Ners Institut Toraja Raya Indonesia. Kegiatan pengabdian berjudul penyuluhan kesehatan tentang PHBS mencuci tangan dan menggosok gigi.

DAFTAR PUSTAKA

- M. Wahyono, Shandy Pieter. P, Angga Indra. K, Eka Kurnia, Bayu Akbar. H, and Ismawandi. B.P.
2021. "Cuci Tangan Pakai Sabun Salah Satu Upaya Cegah Penularan Covid-19 Bagi Guru SMP Negeri 1 Perak Jombang." *Kanigara* 1(1):83–90. doi: 10.36456/kanigara.v1i1.3225.
- Nurmahmudah, Endah, T. Puspitasari, and I. T. Agustin. 2018. "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat(PHBS) Pada Anak Sekolah." *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*1(2):46–52. doi:10.35568/abdimas.v1i2.327.
- Riskesdas, 2018. 2018. "Laporan Riskesdas 2018 Nasional." Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan 628.
- Suryani, Linda. 2018. "Gambaran Menyikat Gigi Terhadap Tingkat Kebersihan Gigi Dan Mulut Pada Murid Kelas V Di Min 9 Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh." *BIOTIK: Jurnal Ilmiah Biologi Teknologi Dan Kependidikan* 5(2):149. doi: 10.22373/biotik.v5i2.3024



