

EDUKASI PERSONAL HYGIENE PADA ANAK DI TAMAN KANAK-KANAK PERTIWI MRISEN

Agus Murtana¹, Sri Handayani^{2*}, Ratna Agustiningrum³, Nur Wulan Agustina⁴

^{1,3}Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

²Program Studi Administrasi Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

⁴Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

*Email: handa@umkla.ac.id

Abstrak

Personal hygiene merupakan upaya yang dilakukan oleh individu untuk menjaga kebersihan pribadinya agar terhindar dari penyakit. Dalam personal hygiene gigi dan mulut perlu mendapat perhatian yang khusus dan baik sesuai prosedur yang telah ditentukan. Gigi dan mulut sangat perlu diperhatikan kebersihannya, apabila tidak maka akan terjadi infeksi dan kerusakan pada gigi. Kerusakan gigi pada anak juga merupakan masalah gigi nomor satu yang terjadi diantara anak prasekolah. Pengabdian ini dilakukan selama 1 hari, lokasi pelaksanaan di Pendidikan Taman Kanak-Kanak Pertiwi Desa Mrisen Kecamatan Juwiring kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi/penyuluhan tentang cara mencuci tangan, potong kuku dan gosok gigi yang benar. Sebelum edukasi dilakukan pre-test dengan memberikan pertanyaan lisan kepada anak. Dan setelah diberikan materi dilakukan post-test dengan memberikan pertanyaan lisan pada anak. Selanjutnya dilakukan praktik mencuci tangan, memotong kuku dan menggosok gigi yang benar dengan didampingi tim pelaksana. Setiap anak diberikan hygiene personal kit untuk kegiatan praktik. Hasil kegiatan diperoleh bahwa setelah mendapatkan edukasi anak TK Pertiwi Mrisen memahami waktu-waktu untuk melakukan cuci tangan, memahami dan dapat melakukan cuci tangan dengan benar, mampu melakukan cara menggosok gigi dan memahami tentang arti penting memotong kuku

Keywords:

Edukasi; Personal Hygiene; Anak

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan pendapat Brownell defenisi hygiene adalah bagaimana caranya orang memelihara dan melindungi kesehatan. Sedangkan menurut Gosh pengertian hygiene adalah suatu ilmu kesehatan yang mencakup seluruh faktor yang mendorong adanya kehidupan yang sehat baik perorangan maupun melalui masyarakat (Aninomous, 2021). Personal hygiene atau kebersihan perorangan perlu diimplementasikan atau diaplikasikan pada diri pribadi serta keluarga agar terhindar dari penyakit dan produktivitas diri kita (Noviyanti, 2018)

Personal hygiene merupakan upaya yang dilakukan oleh individu untuk menjaga kebersihan pribadinya agar terhindar dari penyakit. Pemenuhan personal hygiene dipengaruhi berbagai faktor seperti faktor budaya, nilai sosial individu atau keluarga, pengetahuan tentang personal hygiene serta persepsi terhadap perawatan

diri. Pentingnya pendidikan personal hygiene pada balita atau usia anak pra sekolah menjadi salah satu perhatian utama bagi tenaga kesehatan. Sedin mungkin setiap individu dibekali pengetahuan dan kebiasaan untuk bisa melakukan peningkatkan derajat kesehatannya. Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani yang berarti perorangan dan hygiene berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan yang dilakukan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Rozaa, 2017).

Dikaitkan dengan anak usia pra sekolah, personal hygiene memegang peranan penting. Masih rendahnya daya tahan tubuh anak di usia ini memungkinkan banyaknya penyakit yang akan diderita jika personal hygiene anak tidak diperhatikan. Orang tua memegang peranan penting dalam membantu personal hygiene anak usia pra sekolah. Dalam melakukan personal hygiene harus dilakukan secara baik dan benar agar terwujud kebersihan yang seutuhnya (Sunarti, 2016).

Tindakan personal hygiene pada anak pra sekolah yang masih perlu diperhatikan yaitu mencakup kebersihan kulit, kuku, rambut, mulut, dan gigi, hidung, mata, telinga, tangan dan kaki sebelum dan sesudah membuang air kecil atau buang air besar. Selain itu, tindakan kebersihan diri seseorang juga dipengaruhi oleh budaya, sosial, norma keluarga, tingkat pendidikan, status ekonomi dan kebiasaan individu (Vidya h, 2018).

Salah satunya adalah kebersihan gigi dan mulut pada umumnya. Dalam personal hygiene gigi dan mulut perlu mendapat perhatian yang khusus dan baik sesuai prosedur yang telah ditentukan. Gigi dan mulut sangat perlu diperhatikan kebersihannya, apabila tidak maka akan terjadi infeksi dan kerusakan pada gigi. Kerusakan gigi pada anak juga merupakan masalah gigi nomor satu yang terjadi diantara anak prasekolah. Kerusakan gigi seperti karies pada gigi anak dapat dicegah dengan melakukan gosok gigi secara benar (setelah makan dan sebelum tidur), karena gosok gigi secara benar merupakan dasar program hygiene mulut yang efektif (Susanto dan Fitriana, 2015).

Menggosok gigi adalah tindakan yang perlu diajarkan kepada anak-anak sehingga dapat menjadi suatu kebiasaan yang baik dan sehat. Selain dari lingkungan terdekat yaitu keluarga, pendidikan sekolah juga bisa menjadi salah satu wadah untuk memberikan pengetahuan kepada balita tentang personal hygiene. Dengan pendekatan yang menyenangkan dan penyampaian yang membuat balita merasa seru menjadikan mudahnya balita untuk menirukan serta mempraktikkan pengetahuan yang disampaikan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini terdiri dari 3 tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Perencanaan diawali dengan mengurus perizinan kegiatan kepada pihak TK Pertiwi Mrisen dan mempersiapkan materi penyuluhan yang akan diberikan, peralatan yang akan digunakan untuk kegiatan praktek. Tahap pelaksanaan diawali dengan penyuluhan cara mencuci tangan dan memotong kuku yang benar, cara menggosok gigi yang benar, belajar langkah cuci tangan yang benar, dan mempraktekkan cara mencuci tangan dan memotong kuku yang benar dan praktek menggosok gigi dengan benar. Sedangkan tahap evaluasi bertujuan untuk menilai tingkat persiapan kegiatan pengabdian masyarakat dan dilakukan dengan pertemuan seluruh tim yang terlibat di dalam pengabdian masyarakat. Sedangkan tahap evaluasi pelaksanaan dilakukan untuk menilai pencapaian target acara dengan indikator penilaian terdiri dari: ketepatan waktu; keteraturan acara; jumlah peserta; kepuasan peserta terhadap penyampaian materi penyuluhan, daya

tarik peserta; dan ketanggapan panitia. Setelah evaluasi selesai dilaksanakan, dilanjutkan dengan menyusun laporan pertanggungjawaban kegiatan pengabdian masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Pemaparan hygiene personal yang meliputi langkah mencuci tangan, menggosok gigi dan memotong kuku diawali dengan pengenalan. Tim pelaksana memperkenalkan diri kepada murid TK Pertiwi Mrisen, kemudian memaparkan materi mengenai pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir serta langkah-langkah mencuci tangan dengan benar. Selanjutnya pemaparan arti pentingnya menggosok gigi dan langkah-langkah menggosok gigi dengan benar. Selanjutnya memaparkan arti pentingnya memotong kuku. Kemudian tim pelaksana membagikan hygiene personal kit kepada murid untuk digunakan praktik.



Gambar 1. Pemberian materi

Tim pelaksana melakukan pemaparan dengan cara mendemonstrasikan kepada peserta didik, lalu peserta didik menirukan apa yang disampaikan oleh pelaksana. Pertama, tangan dibasahi dengan air, lalu sabun cuci tangan dituang secukupnya. Kedua, gosokkan pada telapak tangan secara bergantian. Ketiga gosokkan pada punggung tangan kiri, kemudian sebaliknya. Keempat, hadapkan telapak tangan dengan telapak tangan, kemudian gosokkan pada sela-sela jari tangan secara bergantian. Kelima, posisikan telapak tangan saling terjalin atau mengunci. Keenam, gosokkan dengan cara memutar pada ibu jari kiri dengan menggunakan tangan kanan dan sebaliknya. Ketujuh, kuncupkan tangan kanan, lalu gerakan memutar pada telapak tangan kiri dan sebaliknya. Kemudian, bilaslah tangan dengan menggunakan air mengalir dan keringkan dengan menggunakan lap atau tisu kering.



Gambar 2. Praktik mencuci tangan

Pemaparan cara melakukan gosok gigi dilakukan dengan langkah sebagai berikut, pertama, basahi sikat gigi dan dioleskan pasta gigi secukupnya, gosok bagian luar gigi geraham pada perbatasan gusi dan gigi dengan gerakan memutar selama kira-kira 20 detik. Setelah itu, gosok gigi geraham dari atas ke bawah, mulai dari batas gusi hingga ujung gigi. Lakukan kedua gerakan tersebut pada semua bagian luar gigi geraham, baik sisi atas maupun bawah. Kedua, arahkan sikat ke gigi depan bagian luar. Gerakkan sikat gigi secara melingkar dan perlahan hingga semua permukaan gigi depan terkena, agar sisa makanan dan plak yang menempel dapat tersapu. Setelah itu, gosok bagian dalamnya dengan gerakan vertikal (ke atas dan ke bawah) atau seperti sedang mencangkul, baik pada deretan yang atas maupun bawah. Ulangi cara menggosok gigi ini sebanyak 2–3 kali pada masing-masing sisi. Ketiga, permukaan mengunyah gigi geraham ukurannya lebar dan agak cekung, sikat permukaan gigi ini dengan gerakan memutar agar sisa makan agar sisa makanan bisa terangkat. Keempat, Setelah semua gigi tersikat, jangan lupa untuk menyikat permukaan lidah dan sisi dalam pipi dengan sikat gigi. Lalu berkumur dengan air bersih.



Gambar 3. Praktik menggosok gigi

3.2. Pembahasan

Kebersihan merupakan hal yang sangat penting yang harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan, kenyamanan, keamanan, dan kesejahteraan klien. Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merupakan salah satu indikator output Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM). Setiap rumah tangga dan sarana pelayanan umum dalam suatu komunitas (seperti sekolah, kantor, rumah makan, puskesmas, pasar, terminal) tersedia fasilitas cuci tangan (air, sabun, sarana cuci tangan), sehingga semua orang mencuci tangan dengan benar.

Dengan memberikan sosialisasi atau pendamping praktek CTPS yang benar dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak (Kartika, 2016) yang mengungkapkan bahwa dengan penyampaian informasi baik melalui pelajaran maupun media promosi kesehatan visual yang menarik dapat mudah di pahami oleh murid mengenai CTPS serta dapat meningkatkan pengetahuan murid. Sosialisasi dengan demonstrasi dalam kelompok-kelompok kecil dan penyediaan sarana cuci tangan merupakan hal yang menarik bagi anak-anak.

Sosialisasi CTPS ini meningkatkan pemahaman dan pengertian responden tentang hal-hal yang berkaitan dengan cuci tangan memakai sabun. Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman langsung atau dari pengalaman orang lain yang disampaikan pada seseorang, selain itu pengetahuan juga dapat diperoleh melalui

proses belajar yang didapat dari pendidikan kesehatan (Notoadmojo,2010) dikutip dalam jurnal (Bangun et al. 2020) Menurut WHO salah satu usaha atau strategi yang dapat dilakukan dalam untuk memperoleh perubahan perilaku tersebut dengan cara memberikan penyuluhan. Pemberian informasi dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan kesehatan merupakan suatu proses yang bermanfaat untuk menciptakan iklim atau kondisi yang mempengaruhi perilaku individu itu sendiri. Perilaku yang diharapkan tidak terbatas pada peningkatan pengetahuan saja, namun dapat menciptakan sikap yang positif terhadap pesan yang disampaikan. Hal ini sesuai tujuan spesifik dari pendidikan kesehatan yaitu perubahan

Kognitif, perubahan motivasi dan perubahan perilaku (Notoadmojo, 2010). Pengetahuan seseorang tentang Mencuci tangan menggunakan sabun dapat menghilangkan sejumlah besar virus dan bakteri yang menjadi penyebab berbagai penyakit, terutama penyakit yang menyerang saluran pencernaan seperti diare dan saluran nafas seperti influenza. Hampir semua orang mengerti pentingnya mencuci tangan pakai sabun, namun masih banyak yang tidak membiasakan diri untuk melakukannya dengan benar pada saat yang penting.

Anak-anak diharapkan mencuci tangan dengan bersih, baik dan benar karena bany anak-anak sewaktu mencuci tangan seperti asal-asalan saja, hanya dengan air tanpa memakai sabun, tentunya hal itu tidak dapat membunuh kuman pada tangan, dan hal ini akan berdampak besar pada kesehatan si anak. Banyak penyakit yang dapat dicegah dengan mencuci tangan seperti penyakit cacangan, diare, infeksi saluran napas, TBC, Sakit perut, muntaber dan lainnya.

Demikian juga dengan menggosok gigi. Menjaga kesehatan mulut dan gigi adalah salah satu kebiasaan baik yang harus diajarkan sejak kecil. Dengan begitu, hal ini kan menjadi kebiasaan dan membuat anak memiliki kesadaran yang tinggi untuk melakukan hal tersebut seumur hidupnya. Kebiasaan menggosok gigi akan membantu mencegah karies dan penyakit periodental seiring bertambahnya usia. Rutin menyikat gigi bisa menjadi salah satu cara untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut.

4. KESIMPULAN

Cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, kebiasaan menggosok gigi dan rajin memotong kuku merupakan suatu kebiasaan yang penting untuk dilakukan, khususnya bagi kelompok usia anak-anak yang sistem pertahanan tubuhnya belum optimal sehingga rentan terjangkit penyakit. Diadakan program ini bertujuan agar anak-anak dapat mulai mengetahui informasi mengenai pentingnya mencuci tangan pakai sabu, tahu kapan waktu yang tepat untuk mencuci tangan, mengetahui dampak jika tidak cuci tangan demikian juga halnya dengan menggosok gigi dan memotong kuku. Selain itu, program ini juga bertujuan meningkatkan kesadaran anak untuk membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Segala rangkaian kegiatan telah dilakukan oleh tim pelaksana dan tidak lepas dari bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Pimpinan Universitas Muhammadiyah Klaten
2. Tim LPPM Universitas Muhammadiyah Klaten
3. Kepala dan Guru TK Pertiwi Mrisen

REFERENSI

- Bangun, Henry Arwina, Lia Rosa Veronika sinaga, Jasmen Manurung, Seri Asnawati dan Rohani Naudur Siregar 92020). Sosialisasai Cuci Tangan Pakai sabun di PAUD dan Taman kanak-kanak Sekolah Sinar Mentari Desa Percut Sei Tuan Kabupaten deli serdang Sumatra Utara. *Jurnal Abdimas Mutiara I* (1) : 59-68
- Kartikawati, Falah. (2019), <https://rsuppersahabatan.co.id/artikel/read/pentingnya-menjaga-kesehatan-gigi-pada-anak>)
- Rifai, ahmad. 2014. Personal Hygiene Anak Usia Sekolah Di Sekolah Dasar Negeri 2 Trigonco Kabupaten Situbondo. *Jurnal Kesehatan. Jawa Timur* :Universitas Airlangga
- Miller, j rosso dan Arlianti, r. 2009. Investasi Untuk Kesehatan Dan Gizi Sekolah Di Indonesia, BEC-TF,2-36.
- Potter dan perry. (2008). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, proses dan praktik*, edisi ke 4. Jakarta: EGC
- Rozaaqi, Bintang. (2017) Gambaran Higiene Perorangan Berdasarkan Persepsi Pola Asuh Anak Di Uptd Kampung Anak Negeri Kota Surabaya. *The Indonesian Journal of Public Health*
- Vidya h. (2018). Hubungan pola asuh orangtua dengan kemandirian personal hygiene anak usia prasekolah di tkit permata mulia desa banjaragung kecamatan puri kabupaten mojokerto. *Jurnal nurse and health*.
- Noviyanti, R. D., & Sugihartiningsih, S. (2018). Gambaran Status Gizi dan Personal Hygiene Anak di TK Aisyiyah Kadipiro Surakarta. *Proceeding of The URECOL*, 549-557.