



PENERAPAN PHBS KESEHATAN GIGI DAN DEMONSTRASI GOSOK GIGI YANG BENAR DI SDN 17 TUNGKAL UTARA

Linda Marni^{1*}, Yesi Maifita² Armaita³

¹UNP (Universitas Negeri Padang), ²STIKES Piala Sakti Pariaman, ³UNP (Universitas Negeri Padang)

e-mail: lindamarni17@gmail.com

ABSTRAK

Anak usia sekolah (6-10 tahun) sering munculnya berbagai macam penyakit. Anak usia sekolah sering menderita berbagai penyakit hal ini berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) Anak yang lebih suka mengkonsumsi berbagai makanan yang tidak sehat seperti yang tinggi lemak, tinggi gula, tinggi garam, rendah serat, meningkatkan risiko hipertensi, diabetes mellitus, obesitas dan sebagainya, ini menunjukkan perilaku yang tidak sehat. Dari mengkonsumsi makanan juga ada beberapa perilaku mengenai ketidakdisiplinan dalam menggosok gigi minimal dua kali dalam sehari. Akibat dari ketidakdisiplinan dalam menggosok gigi sehingga mengakibatkan gigi menjadi berlubang. Agar kesehatan anak terjaga perlu adanya suatu pendidikan kesehatan terkait dengan PHBS. Dari hasil survei dan wawancara yang dilakukan pada siswa-siswi di Sekolah Dasar Negeri 17 Tungkal Utara dari 20 siswa-siswi yang diwawancarai 15 orang yang tidak mengetahui cara menggosok gigi dengan baik dan benar. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan derajat kesehatan siswa siswi di SDN 17 Tungkal Utara. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai cara menggosok gigi yang baik dan benar. Dengan adanya penyuluhan tersebut sehingga berpotensi untuk menerapkan PHBS pada siswa-siswi dalam kehidupan sehari-hari khususnya cara menggosok gigi yang baik dan benar. Kemampuan siswa-siswi untuk menerapkan PHBS tersebut diharapkan juga dapat memberikan contoh pada keluarga sehingga merubah perilaku keluarga dan masyarakat kearah PHBS.

Kata Kunci: Gosok Gigi Massal, Kesehatan Gigi, Penyuluhan PHBS

ABSTRACT

School age children (6-10 years) often experience various diseases. School age children often suffer from various diseases, this is related to clean and healthy living behavior (PHBS). Children who prefer to consume various unhealthy foods such as those high in fat, high in sugar, high in salt, low in fiber, increase the risk of hypertension, diabetes mellitus, obesity and so on, this indicates unhealthy behavior. From consuming food there are also several behaviors regarding indiscipline in brushing your teeth at least twice a day. The result of not being disciplined in brushing your teeth can result in cavities in your teeth. So that children's health is maintained, there needs to be health education related to PHBS. From the results of surveys and interviews conducted with students at the North Tungkal 17 Elementary School, of the 20 students interviewed, 15 people did not know how to brush their teeth properly and correctly. This community service program aims to increase the knowledge and health status of female students at SDN 17 Tungkal Utara. Community service activities carried out by providing health education on how to brush teeth properly and correctly. With this counseling, there is potential to apply PHBS to students in their daily lives, especially how to brush their teeth properly and correctly. It is hoped that the students' ability to apply PHBS can also provide an example to families thereby changing the behavior of families and communities towards PHBS.

Keywords: Mass Tooth Brushing, Dental Health, PHBS Counseling

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan paradigma sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat yang berorientasi sehat, bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik fisik, mental, spiritual, maupun sosial. Selain itu juga program perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok, keluarga, dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku sehingga masyarakat sadar, mau, dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat melalui pendekatan pimpinan (advocacy), bina suasana (social support), dan pemberdayaan masyarakat (empowerment). Dengan demikian masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri (Depkes RI, 2007).

Tujuan pembangunan di bidang kesehatan adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan seluruh lapisan masyarakat sehingga siap berdaya guna dan mampu mewujudkan Indonesia sehat. Untuk mewujudkan paradigma sehat di tetapkan visi untuk mencapai Indonesia sehat, sebagaimana gambaran masyarakat Indonesia di masa depan yang penduduknya hidup dalam lingkungan dan perilaku sehat, mampu menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu, adil dan merata serta memiliki derajat kesehatan yang setinggi-tingginya.

Seiring dengan keberhasilan pemerintah dalam Pembangunan Nasional, telah menunjukkan hasil positif dalam berbagai bidang, yaitu adanya kemajuan ekonomi, perbaikan lingkungan hidup, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama di bidang medis atau ilmu kedokteran sehingga dapat meningkatkan umur harapan hidup manusia.

Adapun salah satu masalah kesehatan di Indonesia saat ini adalah masih awamnya masyarakat terhadap bagaimana menjalani

hidup secara bersih dan sehat. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan dan sumber pengetahuan Yang dapat meningkatkan pola hidup bersih dan sehat bagi seluruh lapisan masyarakat.

Berdasarkan data diatas maka perlu kiranya dilakukan penyuluhan pada Siswa SD 17 Tungkal Utara. Adapun tujuan dari penyuluhan tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat adalah agar siswa mengetahui bagaimana Pola hidup secara bersih dan sehat, sehingga siswa dapat meningkatkan derajat kesehatannya sehingga masalah kesehatan akibat pola hidup yang tidak bersih dan sehat bisa teratasi dan masyarakat dengan mewujudkan perilaku hidup bersih sehat (PHBS).

METODE

Pemecahan masalah dilakukan dengan survey dan wawancara siswa-siswi SDN 17 Tungkal Utara. Berdasarkan dari survey dan wawancara tersebut perlu dilakukan tindakan pemberian penyuluhan mengenai cara menggosok gigi yang benar dan penerapan PHBS pada siswa-siswi tersebut serta keluarga.

1. Tahap persiapan

Pada tahap persiapan ini kami mempersiapkan dari mulai perijinan melakukan kegiatan kepada kepala Sekolah SDN 17 Tungkal Utara dan melakukan pengkajian data awal untuk mengetahui permasalahan siswa-siswi terkait dengan masalah kesehatan yang dialami. Setelah melakukan pengkajian , dan mempersiapkan mulai dari materi dan media yang akan digunakan dalam penyuluhan, Setelah persiapan dari teknis selesai, memberitahukan kepada siswa-siswi akan diadakan penyuluhan mengenai cara menggosok gigi yang benar dan PHBS.

Kepakaran yang dibutuhkan

Jenis kepakaran yang dibutuhkan adalah:

a. Pakar untuk promosi kesehatan dalam hal ini pelaksanaan

penyuluhan mengenai pentingnya cara menggosok gigi yang baik dan benar dan PHBS.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, akan diadakan penyuluhan kesehatan mengenai cara menggosok gigi yang baik dan benar serta PHBS. Pada penyuluhan ini diharapkan meningkatkan pengetahuan siswa-siswi mengenai cara menggosok gigi yang benar dan PHBS.

3. Tahap Evaluasi (tindak lanjut)

Pada tahap evaluasi ini adalah sebagai langkah tindak lanjut dari kegiatan yang sudah dilaksanakan, setelah dilakukan penyuluhan dilakukan evaluasi kepada siswa-siswi cara menggosok gigi yang benar dan evaluasi mengenai PHBS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di SDN 17 Tungkal Utara hari Rabu tanggal 18 Oktober 2023 jam 10.30 WIB sampai dengan selesai. Penyuluhan yang dilakukan mengenai cara menggosok gigi yang benar dan penyuluhan mengenai materi PHBS. Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, seluruh siswa-siswi hadir dalam kegiatan ini. Siswa-siswi yang hadir dalam kegiatan penyuluhan antusias dalam mendengarkan penyuluhan. dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan siswa-siswi mampu

mendemonstrasikan cara menggosok gigi yang benar. PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di pelayanan kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2011) Masalah kesehatan umum yang terjadi pada anak usia sekolah biasanya berkaitan dengan kebersihan perorangan dan lingkungan seperti gosok gigi yang baik dan benar. Banyak anak usia sekolah yang menderita gigi berlubang akibat mengkonsumsi jajanan yang banyak mengandung gula. Akibatnya gigi mereka mudah rusak dan berlubang. Masalah-masalah tersebut timbul karena kurangnya pengetahuan serta kesadaran akan pentingnya kesehatan terutama kebiasaan menggosok gigi dengan benar. Gosok gigi merupakan salah satu solusi yang murah dan efektif dalam pencegahan penyakit. Namun hingga saat ini kebiasaan tersebut sering kali dianggap remeh. Penyakit-penyakit yang timbul tersebut akan mempengaruhi tumbuh kembang anak sehingga mengakibatkan proses belajar mengajar terganggu. Penyuluhan Hidup Bersih dan Sehat bertujuan agar siswa mampu memahami pentingnya hidup bersih dan sehat yang meliputi; (1) Mengetahui cara gosok gigi yang baik dan benar; (2) Mengetahui manfaat gosok gigi yang baik dan benar; dan (3) Demonstrasi gosok gigi yang baik dan benar



Gambar Gosok Gigi Yang Baik dan Benar

KESIMPULAN

Penyuluhan PHBS dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa siswi untuk meningkatkan derajat kesehatannya. Oleh karena itu, sekolah merupakan tempat yang efektif untuk mewujudkan pendidikan kesehatan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS salah satunya dengan pemberian penyuluhan tentang kesehatan gigi dan cara gosok gigi yang baik dan benar sehingga berpotensi sebagai *change agent* untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat.

SARAN

Diharapkan pihak terkait terutama bapak/ibu guru mengingatkan siswa SD untuk melakukan PHBS yaitu menggosok gigi dengan baik dan benar. Hal ini perlu diperhatikan oleh siswa-siswi SD agar terhindar dari penyakit khususnya terkait penyakit gigi dan mulut. Selanjutnya dapat dilakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan gigi pada siswa siswi SD.

DAFTAR PUSTAKA

Adiwiryo, RM. 2010. Pesan Kesehatan :Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini dalam

Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Hamka*

Kemkes RI. 2011. *Pedoman Umum Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*, Kementerian Kesehatan RI. Jakarta Profil Kesehatan Indonesia. 2013.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2013. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2014*. Diakses: 19 Juni 2015, dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>.