

Penyuluhan PHBS dan Cara Menggosok Gigi yang Benar di TK RA Hasbunah Desa Joring Natobang Kecamatan Padangsidempuan Angkola Julu

Ratna Dewi Siregar¹, Nur Aliyah Rangkuti²

Prodi D3 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan
(rdewi3892@gmail.com,085359843185)

ABSTRAK

Kesehatan gigi dan mulut adalah salah satu masalah kesehatan yang membutuhkan penanganan yang berkesinambungan karena memiliki dampak yang sangat luas, sehingga perlu penanganan khusus sebelum terlambat. Ketepatan dalam menggosok gigi adalah hal terpenting dalam merawat gigi. Tujuan PKM ini adalah memberi motivasi kepada siswa TK RA Hasbunah tentang pentingnya melakukan PHBS dan Cara Menggosok Gigi yang Baik dan Benar. Kegiatan PKM ini dilakukan dengan metode penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media alat peraga kepada siswa TK RA Hasbunah di desa Joring Natobang berjumlah 25 orang. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini dilanjutkan dengan memberikan evaluasi kepada siswa yaitu tanya jawab seputar materi PHBS dan cara menggosok gigi yang baik dan benar. Siswa dapat menjawab dan menjelaskan dengan baik pertanyaan yang diajukan oleh sipenyuluh. Kegiatan PKM yang dilaksanakan berjalan dengan baik siswa TK RA Hasbunah di desa Joring Natobang yang mengikuti terlihat bersemangat dan antusias dalam mengikuti kegiatan.

Kata Kunci : PHBS, Menggosok Gigi, Penyuluhan

ABSTRACT

Dental and oral health is one of the health problems that require continuous handling because it has a very broad impact, so it needs special treatment before it's too late. Accuracy in brushing your teeth is the most important thing in taking care of your teeth. The purpose of this PKM is to motivate kindergarten students RA Hasbunah about the importance of doing PHBS and How to Brush Teeth Properly and Correctly. This PKM activity is carried out by health extension method by using the medium of props to kindergarten students RA Hasbunah in Joring Natobang village numbering 25 people. The results of this extension activity are continued by providing an evaluation of how students are question and answer about PHBS material and how to brush their teeth properly and correctly. Students can answer and explain well the questions asked by sipenyuluh. PKM activities that were carried out went well, kindergarten RA Hasbunah in Joring Natobang village who followed looked excited and enthusiastic in participating in the activities.

Keywords: PHBS, Brushing Teeth, Counseling

1. PENDAHULUAN

Pencapaian kesejahteraan rakyat didukung oleh kesehatan masyarakat. salah satunya meliputi kesehatan anak-anak. Jumlah anak yang besar yakni 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. Saat ini di Indonesia terdapat lebih dari 250.000 baik dari sekolah negeri, swasta maupun sekolah agama. Sekolah selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran juga dapat menjadi ancaman penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. Lebih dari itu, usia sekolah bagi anak juga merupakan masa rawan terserang berbagai penyakit (Linawati, dkk 2018).

Kesehatan gigi dan mulut adalah salah satu masalah kesehatan yang membutuhkan penanganan yang berkesinambungan karena memiliki dampak yang sangat luas, sehingga perlu penanganan khusus sebelum terlambat. Ketepatan dalam menggosok gigi adalah hal terpenting dalam merawat gigi (Rudhi, 2013).

Gigi dan mulut adalah panca indra vital yang patut diutamakan pemeliharaannya. Oleh sebab itu menjaga kebersihan mulut dan gigi sangat wajib dilakukan sebelum terlambat atau penyakit lain datang. Salah satu cara yang sederhana untuk menjaga kebersihan mulut dengan menyikat gigi secara rutin dengan pasta gigi Winz dan dilengkapi dengan penggunaan obat kumur (mouthwash) yang efektif dan aman (tidak menimbulkan iritasi pada mukosa). Meskipun banyak orang yang sudah merasa nyaman membersihkan gigi dan mulut dengan hanya menyikat gigi saja.

Namun, ada sebagian orang yang masih belum lengkap dan nyaman rasanya jika belum menggunakan mouthwash. Dengan memberikan penyuluhan tentang menggosok gigi yang baik dan benar diharapkan kerusakan gigi tersebut dapat di kurangi dengan menggosok gigi secara teratur yakni sesudah makan pada pagi hari dan sebelum tidur pada malam hari. Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut agar mendapatkan gambaran nyata, tentang pengetahuan anak-anak dalam menggosok gigi

dengan baik dan benar (Dede, 2017).

Menggosok gigi harus dapat membersihkan semua permukaan gigi dan gusi. Pergerakan sikat tidak boleh merusak gigi atau menyebabkan abrasi pada gigi. waktu Menggosok gigi yang tepat dilakukan pada pagi hari setelah makan dan sebelum tidur malam. Hal ini dikarenakan agar sisa-sisa makanan tidak menempel di email gigi yang dapat menjadi flak yang membandel dan dapat menjadi factor pencetus terjadinya kerusakan gigi (Anisa,2016).

Kerusakan gigi merupakan salah satu penyakit yang disebabkan oleh kurangnya kebersihan gigi dan mulut. Anak usia sekolah merupakan usia dimana mereka lebih cenderung untuk memilih makanan yang manis seperti cokelat dan permen. Hal ini menjadi faktor utama meningkatnya anak usia sekolah dengan masalah kerusakan gigi. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan terhadap anak usia sekolah tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar (Rudhi, 2013).

Gaya hidup bersih dan sehat sebaiknya ditanamkan dalam diri anak sejak dini sehingga mereka tumbuh dengan kebiasaan yang menunjang hidup bersih dan sehat. Gaya hidup bersih dan sehat dapat kita mulai dari hal-hal yang sederhana sehingga akan tumbuh menjadi kebiasaan. Selain cara mencuci tangan yang baik dan benar kebiasaan rutin sehari-hari anak yang perlu diperhatikan oleh orang tua adalah cara menggosok gigi yang baik dan benar. Menggosok gigi tanpa memperhatikan teknik yang baik dan benar akan menimbulkan masalah pada gigi dan mulut. Pada gigi akan terbentuk penimbunan flek yang akan menimbulkan kerusakan pada gigi yang disebabkan oleh bakteri yang menumpuk pada plek gigi (Handayani dkk, 2016).

Hidup sehat dapat di capai dengan mengubah pola hidup dari yang tidak sehat menjadi sehat. Diawali dari diri sendiri sehingga akan terbawa pada kebiasaan sehari-hari di lingkungan masyarakat. Dengan memberikan penyuluhan tentang menggosok gigi yang baik dan benar diharapkan kerusakan gigi tersebut dapat di kurangi dengan menggosok gigi secara teratur yakni sesudah makan pada pagi hari dan sebelum tidur pada malam hari. Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut agar mendapatkan gambaran nyata, tentang pengetahuan anak-anak dalam menggosok gigi dengan baik dan benar.

Penyuluhan dimulai tepat waktu karena audiens sudah mempersiapkan diri di tempat beberapa menit sebelum acara dimulai. Sebelum kegiatan dilaksanakan sudah ada kesepakatan antara pemateri dengan kepala sekolah TK RA Hasbunah desa Joring Natobang, Pegawai kesehatan Puskesmas Pembantu dan siswa TK. Pemateri sudah meminta izin terlebih dahulu kepada kepala sekolah TK RA Hasbunah desa Joring Natobang. Kemudian setelah diberikan izin, penyuluh melakukan pencocokan jadwal dengan kepala sekolah dan Pegawai kesehatan Puskesmas Pembantu. Adapun media yang digunakan dalam penyuluhan ini sudah disiapkan dengan baik, yaitu slide show dan alat peraga.

2. METODE PENELITIAN

Pelaksanaan penyuluhan adalah salah satu tugas seorang dosen dalam menjalankan tri darma perguruan tinggi untuk menjadi tenaga kesehatan yang profesional, serta dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan kesehatan dilapangan. Bagi anak-anak penyuluhan tentang PHBS dan cara menggosok gigi yang baik dan benar ini sangatlah penting dalam upaya pencegahan terjadinya kerusakan pada gigi.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2020, pukul 09.00-10.00 WIB. Penyuluhan ini berlangsung sangat kondusif dan semua peserta mematuhi protocol kesehatan Covid-19. Penyuluhan ini dilaksanakan di Desa Joring Natobang Kecamatan Padangsidempuan Angkola Julu. Adapun tujuan penyuluhan ini adalah untuk memberikan informasi kepada siswa TK tentang PHBS dan cara menggosok gigi yang baik dan benar. Yang berperan dalam penyuluhan ini adalah penyuluh/pemateri Ratna Dewi Siregar, SST, M.K.M dan Nur Aliyah Rangkuti, SST, M.K.M. penyuluhan berupa presentase dan alat peraga. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 25 orang siswa TK yang hadir.

Penyuluhan dilakukan kepada siswa TK RA Hasbunah di Desa Joring Natobang Kecamatan Padangsidempuan Angkola Julu. Yang diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 8 menit dengan

menyampaikan salam pembukaan acara dan di isi materi disampaikan langsung oleh pemateri selama 30 menit. Setelah materi disampaikan maka diadakan sesi tanya jawab dengan peserta penyuluhan yaitu siswa TK RA Hasbunah. Anak-anak diberi kesempatan untuk bertanya kepada pemateri dan menyampaikan feedback. Siswa terlihat semangat dan antusias dalam mengikuti penyuluhan.

Penyuluhan dimulai sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan sebelumnya. Siswa memiliki kesiapan dalam mendengarkan materi penyuluhan sampai selesai. Siswa juga mampu memahami materi yg diberikan pemateri tentang PHBS dan cara menggosok gigi yang baik dan benar. Sarana yang digunakan dalam penyuluhan adalah alat peraga. Sarana ini dapat digunakan dengan baik. Adapun media yg digunakan seperti peraga juga dapat berfungsi dengan baik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penyuluhan di lanjutkan dengan memberikan evaluasi kepada audiens yaitu siswa TK RA Hasbunah. Terdapat 3 pertanyaan yang diberikan kepada audiens, dan audiens antusias serta bersemangat dalam menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya audiens yang menunjuk tangan untuk mencoba menjawab pertanyaan pemateri. Penyuluhan dilakukan dengan cara mengumpulkan seluruh responden di TK RA Hasbunah Desa Joring Natobang yang cukup luas, di mana biasanya TK RA Hasbunah tersebut biasa digunakan untuk kegiatan belajar mengajar di Desa Joring Natobang. Moderator memberikan kata sambutan dan menjelaskan materi yang akan diberikan kepada siswa TK RA Hasbunah. Kemudian langsung dilanjutkan dengan penyampaian materi oleh pemateri. Seluruh anak-anak yang mengikuti kegiatan penyuluhan terlihat tertib dan sesuai dengan arahan pemateri. Setelah penyampaian materi, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya-jawab seputar materi yang diberikan dan pemberian snack kepada siswa TK. Penyuluhan ditutup oleh pemberian alat peraga dan diakhiri salam penutup oleh moderator.

4.KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik. Siswa TK RA Hasbunah di desa Joring Natobang mengikuti kegiatan dengan antusias dalam kegiatan penyuluhan tentang PHBS dan cara menggosok gigi yang baik dan benar. Hal ini terbukti dengan antusias siswa TK dalam sesi tanya jawab selama kegiatan. Peserta siswa mendengarkan dan menyimak materi yang disampaikan pemateri dengan sangat baik. Setelah penyuluhan ini disarankan kepada siswa TK RA Hasbunah agar melakukan PHBS dan menggosok gigi yang baik dan benar untuk mengurangi kerusakan pada gigi.

5. REFERENSI

Eanto,Rudhi. (2013). *Penyuluhan Kesehatan Gigi*. Jakarta:Gramedia.

Anisa.2016.Sap cara menggosok gigi yang baik dan benar.

Nurjannah, Liska. (2012). Sa cara menggosok gigi.

Handayani R, Novaryatiin S & Ardhany S D. (2016). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak-Anak Tingkat Sekolah Dasar Di Desa Tabore Kecamatan Mantangai Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika* 2 (1).

Nasrullah Dede, 2017. *Penyuluhan Kesehatan Gigi Dan Mulut Di Bulak Surabaya*. Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Linawati, dkk, 2018. Penyukuhan Cara Menggosok Gigi Dengan Baik dan Benar di Panti Busaina Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, P-ISSN : 2615-0921 E-ISSN : 2622-6030 Volume 1, Nomor 2, Oktober 2018.

6. Dokumentasi

