



SOSIALISASI PERSONAL HYGIENE DI SDN 1 PAMULIHAN KABUPATEN GARUT

Septian Williyanto¹, Ni'ma Amalia Risyah², Meutia Permata Maharani³

^{1,2,3}Universitas Pendidikan Indonesia

Corresponding: septianwilliyanto@upi.edu

ABSTRAK

Personal hygiene dipengaruhi oleh kebudayaan, agama, lingkungan, tingkatan perkembangan sesuai usia, kesehatan dan energi, serta preferensi pribadi. Masa sekolah tidak lepas dari masa bermain sehingga menyebabkan persoalan personal hygiene menjadi terabaikan, namun sekaligus merupakan persoalan yang paling penting untuk diperhatikan. Sosialisasi personal hygiene memiliki sasaran untuk dapat mengubah perilaku individu atau siswa menjadi lebih baik. Hal ini ditekankan pada aspek kognitif sehingga diharapkan pengetahuan siswa tentang kesehatan gigi dan mulut serta cara mencuci tangan dengan baik dan benar dapat meningkat serta mampu meningkatkan kesadaran siswa dan mengubah perilaku siswa. Oleh karena itu, kegiatan ini didukung dengan baik oleh pihak sekolah, kepala desa, serta siswa SDN 1 Pamulihan. Kegiatan ini diikuti oleh kurang lebih 50 siswa dari kelas 1 hingga kelas 3 SDN 1 Pamulihan. Berdasarkan hasil kegiatan sosialisasi siswa antusias dengan adanya kegiatan ini, meliputi pemberian materi kebersihan diri mulai dari ujung kepala hingga ujung kaki, informasi kesehatan gigi hingga memperagakan cara menyikat gigi dan mencuci tangan dengan baik dan benar. Secara umum kegiatan sosialisasi personal hygiene berjalan dengan baik dan lancar.

Kata Kunci: Personal Hygiene, Kesehatan Gigi, Cara Mencuci Tangan

ABSTRACT

Personal hygiene is influenced by culture, religion, environment, age-appropriate level of development, health and energy, and personal preferences. The school period cannot be separated from the playing period, causing personal hygiene problems to be ignored, but at the same time it is the most important issue to pay attention to. Personal hygiene socialization has a target to be able to change the behavior of individuals or society for the better. This is emphasized on cognitive aspects so that it is expected that students' knowledge about dental and oral health and how to wash hands properly and correctly can increase and be able to increase public awareness and change student behavior. Therefore, this activity is well supported by the school, village head, and students of SDN 1 Pamulihan. This activity was attended by approximately 50 students from grade 1 to grade 3 of SDN 1 Pamulihan. Based on the results of socialization activities, students were enthusiastic about this activity, including providing personal hygiene materials from head to toe, dental health information to demonstrating how to brush teeth and wash hands properly and correctly. In general, personal hygiene socialization activities run well and smoothly.

Keywords: Personal Hygiene, Dental Health, How to Wash Your Hands



1. PENDAHULUAN

Personal hygiene merupakan kebersihan dan kesehatan individu yang memiliki tujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis (Tarwoto dan Wartolah, 2006 dalam Silalahi & Putri, 2017). Personal hygiene mencakup perawatan kebersihan kulit kepala dan rambut, mata, hidung, telinga, kuku kaki dan tangan, kulit, dan area genital. Personal hygiene yang tidak baik dapat meningkatkan penyakit yang berhubungan dengan perilaku sehat dan kebersihan diri di kalangan anak sekolah, seperti diare, Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), Demam Berdarah Dengue (DBD), cacangan, infeksi tangan mulut, campak, cacar air, gondong, infeksi mata, dan infeksi telinga (Tarwoto dan Wartolah, 2006 dalam Silalahi & Putri, 2017).

Personal hygiene dipengaruhi oleh kebudayaan, agama, lingkungan, tingkatan perkembangan sesuai usia, kesehatan dan energi, serta preferensi pribadi. Manfaat personal hygiene adalah dapat mempertahankan perawatan diri, baik secara sendiri maupun dengan bantuan, dapat melatih hidup bersih dan sehat dengan memperbaiki gambaran atau persepsi terhadap kebersihan dan kesehatan, dan menciptakan penampilan yang sesuai dengan kebutuhan kesehatan. Selain itu, dapat membuat rasa nyaman dan relaksasi untuk menghilangkan kelelahan, mencegah gangguan sirkulasi darah dan mempertahankan integritas jaringan. Masa sekolah tidak lepas dari masa bermain sehingga menyebabkan persoalan personal hygiene menjadi terabaikan, namun sekaligus merupakan persoalan yang paling penting untuk diperhatikan (Silalahi & Putri, 2017).

Indonesia merupakan negara berkembang dengan keadaan ekonomi penduduk yang mayoritas menengah ke bawah. Keadaan ini menjadi sebab diperlukan adanya dukungan dalam upaya untuk meningkatkan semua aspek kehidupan. Kesehatan merupakan salah satu aspek yang sangat perlu untuk diperhatikan. Hal ini mendorong berbagai pihak meningkatkan kesehatan masyarakat Indonesia terutama pada siswa sekolah dasar dengan pendidikan sejak dini. Salah satu aspek yang ditinjau adalah kesehatan gigi dan mulut serta kebersihan tangan (Larasati dkk., 2021).

SDN 1 Pamulihan beralamat di Kp. Pangauban, Pamulihan Kec. Ciburupan, Kabupaten Garut. Persoalan yang dihadapi sekolah antara lain kurang baiknya personal hygiene diantara siswa siswi sekolah. Permasalahan ini berasal dari kurangnya pengetahuan mitra tentang personal hygiene. Contohnya, kurangnya kesediaan keran air cuci tangan hingga masih ditemukan adanya kuku panjang dan kotor pada anak didik. Begitu pula dalam penampilan pakaian dan rambut yang masih ditemukan dalam keadaan tidak rapi dan bersih. Oleh karena itu, pentingnya adanya pendidikan dini untuk siswa mengenai cara menyikat gigi dengan baik dan benar hingga



cara mencuci tangan salah satu solusi yang bisa dilakukan adalah dengan mengadakan sosialisasi kesehatan diri di sekolah.

Sosialisasi kesehatan adalah kegiatan pendidikan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga siswa tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan. Upaya penyuluhan mengenai kesehatan diri mulai dari gigi dan mulut serta cara mencuci tangan dengan baik dan benar. Hal ini dilakukan agar anak-anak mendapatkan pengetahuan dan kesadaran, kemudian diharapkan dapat membentuk sebuah perilaku yang akan memberikan dampak positif bagi kesehatan diri siswa.

Sosialisasi personal hygiene memiliki sasaran untuk dapat mengubah perilaku individu atau siswa menjadi lebih baik. Hal ini ditekankan pada aspek kognitif sehingga diharapkan pengetahuan siswa tentang kesehatan gigi dan mulut serta cara mencuci tangan dengan baik dan benar dapat meningkat serta mampu meningkatkan kesadaran siswa dan mengubah perilaku siswa. Oleh karena itu, kegiatan ini didukung dengan baik oleh pihak sekolah, kepala desa, serta siswa SDN 1 Pamulihan.

2. BAHAN DAN METODE

2.1. Tujuan

Kegiatan ini bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada dalam lingkungan sekolah dengan pemeriksaan langsung kepada seluruh siswa dan siswi yang ada di SDN 1 Pamulihan. Selain itu memberikan sosialisasi kepada siswa dan siswi SDN 1 Pamulihan mengenai cara menyikat gigi dengan baik dan benar dengan peragaan dan praktik bersama untuk memberikan pengetahuan mengenai kebersihan gigi. Penyuluhan cara mencuci tangan memiliki tujuan untuk memberikan pengetahuan dengan membersihkan tangan dengan baik dan benar menggunakan sabun dan air agar mencegah penyebaran kuman melalui tangan.

2.2. Manfaat

Bagi siswa SDN 1 Pamulihan dapat memperoleh pengetahuan mengenai cara menyikat gigi dengan baik dan benar serta cara mencuci tangan dengan baik dan benar sebagai upaya untuk menghindari dan mencegah penyebaran penyakit.

2.3. Ruang Lingkup

Sosialisasi personal hygiene diberikan untuk siswa dan siswi SDN 1 Pamulihan dari kelas 1 hingga kelas 3 meliputi informasi mengenai kesehatan diri siswa mulai dari ujung kepala hingga ujung kaki, informasi mengenai kesehatan gigi, cara menyikat gigi dengan baik dan benar, informasi mengenai kebersihan badan dan tangan, cara mencuci tangan dengan baik dan benar, hingga kuis berhadiah mengenai informasi-informasi yang telah diberikan.

2.4.Sasaran

Ditinjau dari tujuan, sosialisasi ini diberikan untuk siswa SDN 1 Pamulihan. Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi kerja sama dengan mitra terkait, membuat materi sosialisasi, menetapkan kalayak sasaran, tempat, sarana dan prasarana, SDM. Tahap selanjutnya adalah pelaksanaan sosialisasi personal hygiene.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Observasi sosialisasi memiliki untuk melihat gambaran kondisi personal hygiene pada siswa SDN 1 Pamulihan. Kegiatan ini dilakukan oleh peneliti dan dibantu oleh delapan mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia dengan melakukan wawancara observasi dengan wali kelas siswa dari kelas 1 hingga kelas 3 serta wawancara dengan kepala sekolah.



Gambar 1. Penyerahan Poster Kebersihan Diri

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang konsep personal hygiene yang baik dan benar sehingga dapat mempraktikkannya, baik di rumah maupun di sekolah. Sosialisasi personal hygiene dilakukan dengan cara demonstrasi yang dibantu oleh delapan orang mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. Sosialisasi ini dilakukan sebanyak 1 hari mengingat keterbatasan ruang kumpul.

Selain itu, untuk mengkoordinir siswa-siswi, kegiatan ini dibantu oleh wali kelas masing-masing kelas. Kehadiran siswa siswi dalam mengikuti penyuluhan adalah 99%. Hal ini dikarenakan sudah dilakukan pemberitahuan terlebih dahulu kepada seluruh guru dan siswa seminggu sebelum kegiatan dilakukan. Kehadiran siswa dan partisipasi guru dalam kegiatan penyuluhan personal hygiene menandakan bahwa mitra sangat antusias dengan kegiatan ini.

Materi yang disampaikan meliputi kebersihan kulit kepala dan rambut; kebersihan mata; kebersihan hidung; kebersihan telinga; kebersihan gigi dan mulut; kebersihan kaki, tangan dan kuku; kebersihan kulit; dan kebersihan berpakaian. Selain materi di atas, juga disosialisasikan

cara mencuci tangan dan cara menyikat gigi yang baik dan benar. Antusias para siswa juga terlihat ketika mereka diberi kesempatan untuk bertanya dan mengikuti demonstrasi cara mencuci tangan.



Gambar 2. Demonstrasi Cara Mencuci Tangan

Selain sosialisasi, cara menyikat gigi yang baik dan benar juga sangat dibutuhkan. Anak-anak perlu diberikan suatu teknik tertentu yang sederhana tentang cara menyikat gigi yang baik dan benar. Penyuluhan yang menarik dan atraktif yang disertai dengan demonstrasi merupakan cara menarik minat anak sekolah.



Gambar 3. Praktik Menyikat Gigi

Kegiatan penyuluhan merupakan salah satu cara untuk menambah pengetahuan seseorang tentang suatu konsep kesehatan. Notoatmodjo (dalam Silalahi & Putri, 2017) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu yang didapatkan melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan yang telah didapatkan ini akan menjadi salah satu faktor yang memengaruhi terbentuknya perilaku seseorang. Selain pengetahuan, sikap juga merupakan faktor yang memengaruhi pembentukan perilaku seseorang. Sikap merupakan reaksi atau respons seseorang terhadap suatu stimulus yang bersifat tertutup. Bersamaan dengan pengetahuan, pikiran keyakinan dan emosi, sikap menjadi utuh (total attitude).



Hal ini sejalan dengan hasil temuan Aulia dkk. (dalam Silalahi & Putri, 2017) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap siswa yang ditunjukkan dengan adanya perbedaan nilai skor pengetahuan dan sikap antara sebelum dan sesudah dilakukannya pendidikan kesehatan.

Serta untuk mengingatkan siswa untuk rajin mencuci tangan dan menyikat gigi, peneliti menyusun poster mengenai cara menyikat gigi dengan baik dan benar hingga tata cara mencuci tangan yang ditempel di sekitar sekolah.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Peran sekolah sangat penting dalam memantau personal hygiene siswa siswi sehingga perlu diberikannya sosialisasi mengenai personal hygiene agar dapat meningkatkan pengetahuan siswa pentingnya menjaga kebersihan agar tidak terjadi penyebaran penyakit. Selain itu, sekolah juga perlu kerja sama dalam meningkatkan kondisi personal hygiene para siswa dengan memberikan pengetahuan personal hygiene secara rutin dan meningkatkan fasilitas kebersihan di sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan kesempatan berjalannya kegiatan ini sehingga kegiatan kuliah kerja nyata dapat berjalan dengan baik dan lancar. Terima kasih juga kami ucapkan kepada dosen pembimbing lapangan yang telah membimbing dan membantu sehingga kegiatan ini berjalan dengan lancar. Tak lupa juga kami ucapkan terima kasih kepada mitra sekolah SDN 1 Pamulihan yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk memberikan sosialisasi kepada siswa kelas 1 hingga 3 SDN 1 Pamulihan serta menerima kami dengan baik hingga kegiatan berjalan sesuai dengan tujuan yang direncanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Larasati, N. P., Syaputra Zaid, I., Fauzan, M. R., & Srisantyorini, T. (2021). *Penyuluhan Kesehatan Gigi Dan Mulut Di Masa Pandemi Covid-19 Di Panti Asuhan Yatim Dan Dhuafa Mizan Amanah Cilandak Barat*. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Silalahi, V., & Putri, R. M. (2017). Personal Hygiene Pada Anak Sd Negeri Merjosari 3. *Jurnal Akses Pengabdian Indonesia*, 2(2), 3–4.