



Implementasi Program G3 CTPS (Gerakan Gosok Gigi dan Cuci Tangan Pakai Sabun) untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar (SD) Desa Sojomerto

Implementation Of The G3 CTPS Program (Tooth Brushing And Hands Washing Movements) To Improve Clean And Healthy Living Behavior In Sojomerto Village Primary Schools

Nabela Devinta Puspitaningrum¹, Shevylia Cahya Ayu Saputri², Afra Mufida³, Siska Eliana⁴, Laila Haniatun Nasikah⁵, Nahnu Robid Jiwandono⁶

¹⁻⁶ Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

Alamat: Jl. Walisongo No.3-5, Tambakaji, Kec. Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50185

*2107016142@student.walisongo.ac.id¹

Article History:

Received: Agustus 14, 2024;

Revised: Agustus 18, 2024;

Accepted: September 01, 2024;

Published: September 03, 2024;

Keywords: Education, Health, Students

Abstract: Dental health problems and a lack of handwashing with soap remain issues among elementary school students in Desa Sojomerto. This study implemented a Toothbrushing and Handwashing with Soap Movement program to address these problems. Through a series of educational activities and hands-on practice, the program aimed to change students' behaviors towards cleanliness and health. The research results showed a significant increase in toothbrushing frequency, correct handwashing techniques, and students' knowledge of the importance of hygiene.

Abstrak

Masalah kesehatan gigi dan kurangnya kebiasaan mencuci tangan dengan sabun masih menjadi isu di kalangan siswa SD Desa Sojomerto. Penelitian ini mengimplementasikan program Gerakan Gosok Gigi dan Cuci Tangan Pakai Sabun untuk mengatasi masalah tersebut. Melalui serangkaian kegiatan edukasi dan praktik langsung, program ini bertujuan mengubah perilaku siswa menjadi lebih bersih dan sehat. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada frekuensi gosok gigi, teknik mencuci tangan yang benar, serta pengetahuan siswa tentang pentingnya kebersihan.

Kata Kunci: Edukasi, Kesehatan, Siswa

1. PENDAHULUAN

Menanamkan gaya hidup bersih dan sehat pada anak sebaiknya dilakukan sejak usia dini agar mereka dapat membangun kebiasaan yang mendukung hidup sehat. Kita dapat memulai mengadopsi kebiasaan hidup bersih dan sehat dengan mempraktikkan hal-hal kecil secara rutin. Selain membersihkan tangan dengan betul dan amalan harian yang penting diberikan oleh ibu bapa yaitu cara menyikat gigi yang betul. Menyikat gigi tanpa memperhatikan teknik yang benar dapat menimbulkan komplikasi pada gigi dan mulut anak. Kerak pada gigi dapat terjadi dan menyebabkan kerusakan pada gigi. Karena bakteri yang berkumpul di atas plak gigi. Masalah kesehatan anak prasekolah dapat disebabkan oleh kurangnya kebersihan orang-orang di sekitar mereka dan lingkungan tempat mereka berada. Kebersihan badan, yang

sering disebut sebagai personal hygiene, merupakan langkah-langkah yang dilakukan untuk menjaga keseimbangan dan kesehatan tubuh seseorang demi kesejahteraan fisik dan mental. Beberapa isu kesehatan yang mungkin timbul pada kanak-kanak pra-sekolah termasuk menggosok gigi, mencuci tangan dengan sabun, dan menjaga kebersihan diri. Pembersihan diri merupakan usaha individu untuk menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh. Ini merupakan sesuatu yang sangat vital dan harus diberikan perhatian karena termasuk dalam langkah-langkah mencegah secara spesifik dan dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Semua itu adalah usaha untuk melindungi masyarakat dari kebiasaan hidup yang kurang sehat dan tidak memenuhi standar kesehatan. Masalah personal hygiene yang masih sering terjadi pada anak usia prasekolah adalah kurang baik.

Diare merupakan masalah kesehatan yang kerap berlaku pada kanak-kanak disebabkan oleh kurang menjaga kebersihan diri. Mencuci tangan dengan sabun lebih efektif dari pada hanya dengan air untuk menjaga kesehatan. Untuk efektif, WHO telah menetapkan aturan cuci tangan dengan sabun yang termasuk membasahi kedua tangan dengan air mengalir, menggunakan sabun secukupnya, menggosok telapak dan punggung tangan, menggosok sela-sela jari, menggosok jari-jari rapat, menggosok tangan kiri dan kanan, dan menggosok ibu jari secara berputar dalam genggaman tangan dan yang terakhir tangan harus dibasuh dengan air dan dikeringkan. Menjaga gaya hidup yang sehat, khususnya dengan rutin mencuci tangan menggunakan sabun. Murid-murid SD masih kurang rajin mencuci tangan. Ini disebabkan terutama oleh kurangnya kesadaran akan pentingnya mencuci tangan untuk menjaga kesehatan dan ketidaktahuan tentang cara yang benar dalam mencuci tangan. Pengabdian masyarakat pada Desa Sojomerto mendapat dukungan dari warga sekitar untuk membantu dalam pengembangan cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar di kalangan anak-anak. Di Gemuh, Kendal, Jawa Tengah, terdapat beberapa masalah yang ditemui pada murid-murid Sekolah Dasar (SD) seperti rata-rata mereka mengalami masalah gigi berlubang, karies gigi, dan gigi ompong. Ini mengenai anak yang kurang sering mencuci tangan setelah main atau sebelum makan, dan biasanya memiliki kuku yang panjang dan kotor.

2. METODE

Cara yang digunakan pada kegiatan pelaksanaan program kerja yang bertemakan Penyuluhan Gerakan Gosok Gigi Tangan Pakai Sabun (G3CTPS) di SDN 01 Sojomerto, SDN02 Sojomerto, dan SDN 03 Sojomerto mengikuti metode kualitatif. Bentuk penyuluhan yang dilakukan presentasi, diskusi, permainan, serta praktik. Pelaksanaan kegiatan dimulai pada tanggal 25, 26, 30, 31 juli dan 3 agustus 2024 yang diterapkan pada kelas 1 dan 2 pada siswa-siswi di SDN 01- 03 Sojomerto. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk memperoleh pengetahuan yang didasarkan pada pengalaman, pemahaman, dan tindakan sehari-hari. Untuk mengumpulkan data, kegiatan ini menggunakan observasi, penelitian literatur, dan dokumentasi.

a. Observasi

Peneliti mengumpulkan data melalui observasi.

Data yang dikumpulkan dari observasi terdiri dari rincian yang akurat, akurat, dan terperinci.

b. Studi literatur

Kajian literatur mengumpulkan data dengan memilih literatur, buku, dan referensi lainnya yang relevan dengan penelitian yang dilakukan.

c. Informasi

Metode pengumpulan data yang ditujukan untuk subjek penelitian dikenal sebagai dokumentasi. Metode dokumentasi ini mencakup pengumpulan dokumen yang mendukung penelitian, seperti foto yang diambil selama kegiatan penelitian.

3. HASIL

Hasil observasi lapangan, siswa SD Negeri di Desa Sojomerto terdapat banyak yang belum bisa menerapkan caranya gosok gigi serta mencuci tangan dengan betul. Hasil wawancara mengatakan beberapa alasan utama siswa kurangnya pemahaman tersebut, salah satunya yaitu karena kemalasan siswa. Dari faktor tersebut membuat siswa tidak tahu bagaimana gosok gigi dan mencuci tangan dengan baik serta betul, yang seharusnya menjadi bagian terpenting untuk menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh mereka.

Kegiatan edukasi ini dimulai dengan mengobservasi dan wawancara kepada murid yang berada di kelas 1 dan 2 di beberapa Sekolah Dasar (SD) Negeri Desa Sojomerto, Kecamatan Gemuh, Kabupaten Kendal. Kegiatan bermula dengan memberikan edukasi terkait gosok gigi serta cuci tangan dan kemudian menanyakan apakah siswa sudah tahu bagaimana gosok gigi serta mencuci tangan dengan baik juga betul, kemudian

mengarahkan siswa ke lapangan untuk mempraktekkan apa yang sudah cara gosok gigi serta cuci tangan dengan betul. Dan tidak lupa menyediakan pendidikan sambil memutar musik dan bernyanyi terkait menggosok gigi dan cuci tangan. Metode ini dipilih sebabnya menjadikan situasi dan kondisi belajar lebih menarik, sehingga siswa bisa langsung melakukan praktik, bukan sekadar mendengar. (Putri dkk., 2022).

Sebelum siswa mempraktekkan gerakan-gerakan menggosok gigi dan mencuci tangan, tim KKN terlebih dahulu menyiapkan tempat, perlengkapan untuk gosok gigi dan cuci tangan. Kemudian tim KKN juga membentuk siswa menjadi kelompok-kelompok kecil untuk memperagakan gerakan gosok gigi serta mencuci tangan. Caranya menggosok gigi dengan betul seperti berkumur-kumur kemudian sikat gigi diberi pasta gigi kemudian gosok gigi dengan bulatan-bulatan dari kanan ke kiri, selanjutnya bagian dalam gigi atas dan bawah. Kemudian bagian akhir adalah menggosok lidah lalu berkumur-kumur hingga bersih dari busa pasta gigi.

Kemudian usai memperagakan gerakan gosok gigi adalah memperagakan gerakan cuci tangan. Sama halnya dengan gosok gigi, tim KKN terlebih dahulu sudah menyiapkan tempat serta alat-alat untuk memperagakan cuci tangan seperti yang sudah dicontohkan oleh tim KKN. Caranya mencuci tangan dengan baik juga benar seperti tangan dibasahi dengan air mengalir lalu diberi sabun ke tangan dibagian telapak. Lalu gosok-gosok bagian dalam tangan hingga ke bagian atas tangan dengan bergantian, selanjutnya bagian sela-sela kedua tangan, ibu jari, dan pucuk-pucuk jari lalu dikunci. Dan gerakan terakhir cuci pergelangan tangan dengan bergantian kemudian bilas bersih dengan memakai air bersih yang mengalir sesudah itu lap dengan memakai tisu atau kain bersih.

Usai semuanya selesai siswa diarahkan untuk masuk ke dalam kelas. Kemudian dilanjutkan dengan memberikan *reward* kepada siswa terkait memperagakan materi gosok gigi dan cuci tangan dengan baik serta betul. Lalu dilanjutkan sesi foto bersama tim KKN.

Hasil dari sosialisasi edukasi tersebut, terjadi perubahan pada siswa-siswa SD Negeri di Desa Sojomerto, Kecamatan Gemuh, Kabupaten Kendal. Mereka mulai menggosok gigi dengan benar dan juga mereka sebelum makan, usai bermain ataupun usai berkegiatan. Seperti yang diamati oleh orang tua di sekitar sekolah.



Gambar. 1 Pemaparan Materi Gosok Gigi



Gambar. 2 Pemaparan Materi Cuci Tangan



Gambar. 3 Siswa Mempraktekkan Cara Mencuci Tangan



Gambar. 4 Siswa Mempraktekkan Cara Gosok Gigi



Gambar. 5 Pembagian *Reward* Kepada Anak yang Berhasil Mempraktekkan dengan Baik



Gambar. 6 Foto Bersama dengan Siswa-Siswi

4. DISKUSI

Dari program kerja tim KKN MIT-18 Posko 57 UIN Walisongo Semarang dalam pengabdian masyarakat di Desa Sojomerto, Kecamatan Gemuh, Kabupaten Kendal ini memperlihatkan kenaikan tingkatan dalam mengetahui serta mempraktekan kebersihan diri terutama pada kebersihan gigi juga tangan dengan baik. Program ini berhasil menaikkan motivasi siswa agar bisa menerapkan kebiasaan hidup sehat dan juga bersih pada keseharian siswa. Semangat siswa yang antusias nampak dari partisipasi mereka dengan aktif mendengarkan materi serta menjawab pertanyaan, juga memperagakan gosok gigi serta cuci tangan dengan benar.

Secara teoritis, hasil ini searah dengan teori pembelajaran sosial yang diutarakan oleh Bandura (1986). Konsep ini menekankan bahwa pembelajaran lewat observasi juga imitasi, khususnya saat disertai penguatan yang positif, bisa mempengaruhi seseorang individu. Penggunaan metode pengajaran interaktif misalnya memperagakan langsung dan melalui lagu, terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan baru kepada siswa. Konsep ini juga sesuai dengan teori pembelajaran Vygotsky (1978), yang menekankan perlunya interaksi sosial dan juga pembelajaran yang berbasis konteks pada perkembangan kognitif anak. Dengan melalui interaksi sosial pada kelompok-kelompok kecil serta dorongan dari tim KKN, siswa bisa memahami serta menginternalisasikan akan perlunya memperisai diri dengan menjaga kesehatan.

Dalam literatur juga memperlihatkan bahwa pendidikan terkait kebersihan dalam usia dini mempunyai dampak yang berkepanjangan terhadap kesehatan individu (Curtis et al., 2000). Seperti kebiasaan cuci tangan menggunakan sabun dengan rutin bisa mencegah penyakit menular seperti diare, yang sering terjadi kepada anak-anak (Ejemot-Nwadiaro et al., 2015). Pada pengabdian ini, metode memperagakan serta mengobservasi langsung memungkinkan murid bukan hanya belajar teori saja, melainkan juga menerapkan pengetahuan tersebut pada peningkatan kesadaran diri juga pemahaman mereka.

Hal ini juga menekankan perlunya peran orang tua dan sekolah untuk membiasakan anak-anak menjaga kebersihannya. Keterlibatan orang tua dalam mendorong selalu hidup sehat di rumah, serta pengawasan dari pihak sekolah, tentu perlu supaya memastikan pembiasaan ini selalu dilakukan. Sebagai awal pencegahan primer, menjaga kebersihan perlu dijadikan bagian yang terpenting dari pendidikan anak dari usia dini (World Health Organization, 2009).

Pada semua hal tersebut, program G3 CTPS ini berjaya dalam pemahaman dan kebiasaan siswa pada menjaga kebersihannya menjadi meningkat. Dari hasil ini semoga bisa dijadikan contoh program yang sama di wilayah lain supaya bisa meningkatkan kesadaran terkait perlunya kesehatan juga kebersihan diri pada usia siswa sekolah dasar.

5. KESIMPULAN

Dari aktivitas pengabdian masyarakat yang sudah dilaksanakan oleh kelompok KKN MIT-18 Posko 57 UIN Walisongo Semarang, diperoleh hasil bahwa Program G3 CTPS (Gerakan Gosok Gigi dan Cuci Tangan Pakai Sabun) pada siswa Sekolah Dasar (SD) di Desa Sojomerto mendapat sambutan yang hangat, dan siswa sangat antusias mendengar dan merespon edukasi yang dijelaskan terutama saat praktek, mereka mampu menjawab

pertanyaan yang diberikan dan praktek mengulang kembali edukasi yang telah disampaikan sebelumnya, hasil yang didapatkan adalah meningkatnya pengetahuan siswa bahwa pentingnya gosok gigi yang betul serta mencuci tangan dengan sabun.

Adapun kesimpulan yang dapat disampaikan adalah bagaimana pentingnya peran orang tua tentang membiasakan anak untuk menjaga kesehatan, baik dalam menggosok gigi dan mencuci tangan ataupun hal lainnya, karena hal ini perlu adanya dorongan dan pembiasaan pada anak usia dini. Kemudian adapun saran bagi pihak Sekolah yaitu diharapkan memantau kembali dan memberikan pengawasan kepada anak dalam gosok gigi ataupun mencuci tangan yang betul sebagai suatu budaya supaya kesehatan siswa lebih terjaga bukan hanya di rumah saja tetapi di sekolah pun perlu adanya pembiasaan

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami sangat berterima kasih banyak kepada berbagai pihak yang berperan pada kesuksesan kegiatan pengabdian masyarakat ini, terkhususnya pada Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang sudah memberi fasilitas dan dukungan kepada kami. Terima kasih juga kepada pihak LPPM Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang atas dukungan, koordinasi, juga fasilitas selama pelaksanaan program KKN ini.

Kami menyampaikan ucapan terimakasih pada pihak sekolah SD Negeri di Desa Sojomerto yang sudah membuka pintu kerja sama dan mendukung kegiatan KKN kami ini. terima kasih juga pada warga Desa Sojomerto yang sudah berpartisipasi, memberi kami *support* kami dan memberi masukan terkait program kami. Dan tak lupa juga untuk tim KKN posko 57, kami menyampaikan terima kasih banyak juga penghargaananya kepada rekan-rekan tim KKN posko 57 yang sudah ikut kontribusi dengan baik untuk mensukseskan program KKN ini. Adanya kalian sangat membuat dampak yang baik kepada warga Desa Sojomerto. Semoga semangat juga semarak kebaikan kita tetap berkelanjutan dan semoga kemanapun kita melangkah terus diberkahi juga memberi manfaat yang berlanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Arianru, V. A. (2019). Upaya peningkatan kesadaran kebersihan diri pada siswa SD melalui gerakan mencuci tangan dan menyikat gigi. In Prosiding SNP2M (Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat) (No. 2, pp. 220-225).
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Prentice-Hall, Inc.
- Batubara, N. S. (2021). Penyuluhan PHBS dan demonstrasi cara cuci tangan dan sikat gigi yang benar di Desa Simatohir Kecamatan Padangsidempuan Angkola Julu. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA), 3(1), 26-32.
- Curtis, V., Cairncross, S., & Yonli, R. (2000). Review: Domestic hygiene and diarrhoea – Pinpointing the problem. Tropical Medicine and International Health, 5(1), 22–32.
- Ejemot-Nwadiaro, R. I., Ehiri, J. E., Arikpo, D., Meremikwu, M. M., & Critchley, J. A. (2015). Hand washing promotion for preventing diarrhoea. Cochrane Database of Systematic Reviews, (9). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004265.pub3>
- Putri, N. R., Tandililing, E., & Mursyid, S. (2012). Penerapan metode demonstrasi untuk meremediasi miskonsepsi siswa pada materi hukum Newton di SMP. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK), 2(2).
- Renaldy, M., Islamiyah, N., & Ramadhany, M. (2023). Sosialisasi pentingnya mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar sebagai upaya meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat siswa di SDN 038 Penaniang Desa Batetangnga. Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3, 441–445.
- Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Harvard University Press.
- World Health Organization. (2009). Hand hygiene: Why, how & when?. World Health Organization.