

Edukasi *Personal Hygiene* Secara *Head To Toe* Pada Anak Usia Dini Di Ra Mutiara Btn Prumnas Blok 2 Desa Waiheru Kec. Teluk Ambon Baguala

Head To Toe Personal Hygiene Education In Early Children At Ra Mutiara Btn Prumnas Blok 2 Waiheru Village Kec. Ambon Baguala Bay

Kasmiati¹, Arvicha Fauziah², Hasnawati Nukuhaly³
Prodi DIII Kebidanan Ambon, Poltekkes Kemenkes Maluku

Jl. Laksdya Leo Wattimena, Negeri Lama – Ambon

E-mail @korespondasi: kasmiatilpt@gmail.com

Article History:

Received: 31 Januari 2023

Revised: 21 Februari 2023

Accepted: 20 Maret 2023

Keywords: *Education, Personal Hygiene, head to toe, early childhood*

Abstract: *Personal hygiene is very important for children to know from an early age, they are very susceptible to disease because their immune system is still low. This golden age period is important to introduce ways to maintain personal hygiene from toe to toe (head to toe), especially in the mouth (teeth), and how to wash hands properly and correctly. The aim is to increase the knowledge and ability of children to carry out the 6 steps of washing hands and brushing their teeth properly and correctly. The community service was carried out at RA Mutiara BTN Prumnas Block 2, Waiheru Village, Kec. Ambon Baguala Bay, which 38 children and 6 teachers attended, carried out activities for 1 day in the classroom. Educational methods with lectures, storytelling and video playback using projectors and speakers. The results of this activity were all enthusiastic and active participants, this activity was able to increase knowledge, and good and correct hand washing, and tooth brushing techniques so that they could provide changes in behavior and habits in realizing a healthy life.*

Abstrak: *Personal hygiene* sangat penting untuk diketahui bagi anak sejak usia dini mereka sangat rentan terhadap penyakit karena masih rendahnya daya tahan tubuh. Periode usia keemasan ini penting memperkenalkan cara menjaga *personal hygiene* mulai dari ujung kaki sampai ujung rambut (*headtoe*) terutama pada mulut (gigi) dan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Tujuan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan anak melaksanakan tindakan cuci tangan 6 langkah dan menggosok gigi dengan baik dan benar. Pengabdian kepada masyarakat yang di laksanakan di RA Mutiara BTN Prumnas Blok 2 Desa Waiheru Kec. Teluk Ambon Baguala yang di ikuti oleh 38 orang anak dan 6 orang guru pelaksanaan kegiatan selama 1 hari di ruangan kelas. Metode edukasi dengan ceramah, bercerita dan pemutaran video menggunakan

proyektor dan spiker . Hasil kegiatan ini seluruh peserta antusias dan aktif, kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan, teknik mencuci tangan dan menyikat gigi yang baik dan benar sehingga dapat memberikan perubahan perilaku dan kebiasaan dalam mewujudkan hidup sehat.

Kata kunci : Edukasi, *Personal Hygiene*, *head to toe*, anak usia dini

LATAR BELAKANG

Anak di usia dini sangat rentan terhadap penyakit karena masih rendahnya daya tahan tubuh di usia dini, *Personal hygiene* sangat penting di perhatikan untuk diketahui bagi anak. *Personal hygiene* merupakan kebersihan yang dilakukan oleh individu atau perorangan yang di implemetasikan dan diaplikasikan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan baik kesejahteraan fisik maupun psikis.

Banyak sekali factor yang mempengaruhi pemenuhan kebetuhan *personal hygiene* seperti factor budaya, social, nilai, norma tingkat pendidikan ekonomi dan kebiasaan dari individu keluarga. Maka hal ini sangat penting sekali sehingga menjadi perhatian yang tidak boleh ditinggalkan yaitu memberikan pemahaman kepada anak dari sejak dini terkait cara menjaga dan meningkatkan *personal hygiene* mulai dari ujung rambut sampai ujung kaki (*head to toe*). Orang tua guru dan tenaga kesehatan penting untuk menyampaikan cara menjaga dan meningkatkan kesehatan dan kebersihan diri mulai dari kulit, kuku, rambut, gigi, mata, tangan, telinga dan kaki.(Putu Eka Nopitasari, 2021)

Personal hygiene secara *head to tue* meliputi kebersihan kepala, rambut, mulut dalam hal ini gigi, tangan, kaki, dan kulit dengan terpenuhinya *personal hygiene* ini mampu meningkatkan rasa percaya diri mampu mencegah timbulnya penyakit.(Putu Eka Nopitasari, 2021)

Personal hygiene yang sering sekali menimbulkan banyak masalah pada organ tangan dan mulut sehingga sering menjadi perhatian khusus. Dalam mewujudkan kesehatan anak pada usia dini maka sangat penting memperkenalkan cara menjaga *personal hygiene* dari sejak dini, yang harus dilakukan secara baik dan benar. *Personal hygiene* pada mulut terutama pada gigi karena dapat terjadi infeksi dan kerusakan pada gigi, kerusakan yang sering terjadi seperti sakit gigi akibat gigi berlubang dan karies. Menggosok gigi dengan baik dan benar serta waktu yang tepat memberikan pengaruh terhadap kebersihan gigi dan mulut. Data kerusakan gigi pada indeks DMG-T sebesar 4,6 yang berdasarkan WHO angkat tersebut termasuk angka yang sangat tinggi,

data menunjukkan bahwa hanya 2,3% warga Negara Indonesia yang melakukan sikat gigi dengan baik dan benar. (Nuraeny,2017).

Mencuci tangan merupakan perhatian yang sangat penting juga dalam menjaga *personal hygiene* dari anak usia dini, mencuci tangan menggunakan sabun dengan teknik cuci tangan yang baik dan benar dapat memutus mata rantai penyebaran mikroorganisme penyebab penyakit. WHO mengungkapkan bahwa 45% resiko penyakit diare dapat diturunkan dengan cara mencuci tangan yang baik dan benar, dapat pula menurunkan penyakit infeksi saluran pernapasan, kecacangan, hepatitis dan infeksi mata . (Wayan et al., 2019)

Hasil penilaian menggunakan kuesioner di RA Mutiara BTN Prumnas Blok 2 Desa Waiheru Kec. Teluk Ambon Baguala masih banyak anak yang tidak tau menyikat gigi dengan baik dan benar dan tidak tau cara mencuci tangan yang benar dimana dari 38 siswa hanya 10% Anak yang mengetahui cara menyikat gigi yang benar dan hanya 30% anak yang tau cara mencuci tangan yang baik dan benar ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lisa dkk, 2021 bahwa *personal hygiene* anak di panti asuhan Waraqil Jannah termasuk kategori rendah sehingga membutuhkan peningkatan pengetahuan dalam hal personal hygiene sehingga terjadi peningkatan yang pengetahuan.(Ernita & Haminda Nusantri Rusydi, 2021) sehingga Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kemampuan anak di RA Mutiara BTN Prumnas Blok 2 Desa Waiheru Kec. Teluk Ambon Baguala agar mampu menggosok gigi dan mencuci tangan yang baik dan benar dari sejak dini.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di RA Mutiara BTN Prumnas Blok 2 Desa Waiheru Kec. Teluk Ambon Baguala pada hari kamis tanggal 24 November 2022 menggunakan metode : penyuluhan dengan menggunakan powerpoint yang dalam bentuk gambar dan pemutaran video, pelatihan dan pendampingan kepada anak-anak di TK Mutiara tentang *personal hygiene* secara *head to toe*. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 38 orang anak dan 6 orang guru. Media yang di gunakan seperti proyektor, laptop, spiker. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan kegiatan sebagai berikut:

- a. Melakukan edukasi tentang *personal hygiene*

Melakukan penyuluhan tentang *personal hygiene* secara *head to toe* memberikan pemahaman melalui contoh kehidupan sehari-hari dan bercerita

- b. Pelatihan langsung pada anak tentang cara menyikat gigi dan cara mencuci tangan 6 langkah Kegiatan ini dengan demonstrasi dan praktik langsung pada anak yang pertama adalah praktik cara mencuci tangan dengan 6 langkah kemudian di lanjutkan dengan demonstrasi dan praktik langsung tentang cara menyikat gigi yang baik dan benar
- c. Evaluasi
Evaluasi yang dilaksanakan adalah dengan menilai kemampuan anak untuk mencontohkan kembali cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang baik dan benar.
- d. Pemberian hadiah
Kegiatan ini dilaksanakan di akhir kegiatan dengan memberikan hadiah pada anak yang mampu melaksanakan kegiatan mencuci tangan dan menggosok gigi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di RA Mutiara BTN Prumnas Blok 2 Desa Waiheru Kec. Teluk Ambon Baguala dirungan kelas belajar yang dihadiri oleh 38 orang anak dengan 6 guru yang mendampingi. kegiatan ini diawali dengan perkenalan diri Tim pelaksanaan Penyuluhan kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang *personal hygiene* menggunakan powerpoint dan pemutaran video bernyanyi sambil melaksanakan tindakan cuci tangan dan sikat gigi. Anak yang menjadi peserta dalam kegiatan ini sangat antusias dan berperan serta aktif.



Gambar 1. Sebelum Memulai Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Melakukan Perkenalan



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan tentang Personal Hygiene



Gambar 3. Demonstrasi teknik menyikat gigi yang baik dan benar



Gambar 4. Demonstrasi Kegiatan Mencuci Tangan 6 Langkah



Gambar 5. Antusias Anak-Anak saat sesi Tanya jawab



Gambar 6. Pemberian hadiah pada peserta yang dapat melakukan cuci tangan dan sikat gigi yang baik dan benar



Gambar 7. Foto bersama di akhir kegiatan penyuluhan

PEMBAHASAN

Kebutuhan manusia dalam mewujudkan kesehatan yang optimal dengan mengetahui dan melaksanakan kegiatan dengan menjaga *personal hygiene* secara mandiri dan berkelanjutan dengan Pelaksanaan kegiatan PKM memberikan edukasi dan demonstrasi mampu meningkatkan pengetahuan peserta. Kegiatan ini sejalan dengan kegiatan yang dilakukan oleh sitti dkk tahun 2022.(Ariana, 2022)

Edukasi dari sejak dini sangat penting untuk dilakukan dalam menjaga *personal hygiene* karena ini merupakan masa pertumbuhan perkembangan yang paling tepat untuk melatih dan menjaga kebersihan dirinya, dengan menanamkan pengetahuan dari sejak dini akan memberikan pengaruh pada perilaku kebiasaan yang ditanamkan sehingga dari sejak dini anak tersebut telah melaksanakan *personal hygiene* yang baik. (Putu Eka Nopitasari, 2021)

Anak usia dini merupakan tahap awal, selama periode ini harus memperhatikan perkembangan dan pertumbuhannya, masa anak usia dini ini juga rentang dengan masalah kesehatan. Selain itu, anak juga sangat peka terhadap rangsangan, sehingga mudah untuk membimbing dan menanamkan kebiasaan positif, termasuk menjaga *personal hygiene*. Namun anak di usia masih dini terbatas pengetahuannya yang di dapat dari orang tuanya, pengetahuan dan kemampuan dalam menjaga *personal hygiene* banyak mereka dapat dari orang tua masing-masing anak yang tidak bisa di hindari memiliki pengetahuan yang kurang tentang cara menjaga *personal hygiene* sehingga anak di usia dini masih kurang dalam perilaku positif terhadap kesehatan. (Ety et al., 2019)

Mengajarkan kepada anak dari sejak dini cara mencuci tangan yang baik dan benar mampu menurunkan kejadian diare pada anak ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elfira dkk, 2020 bahwa pencegahan penyakit diare dengan pendidikan kesehatan tidakan cuci tangan yang baik dapat menurunkan kejadian diare pada anak. (Brier & lia dwi jayanti, 2020) Pada anak ketika melakukan aktifitas termasuk bermain mereka kontak langsung dengan lingkungan yang kita tidak bisa batasi mereka yang bisa saja kontak langsung dengan lingkungan yang kotor.

Penyuluhan dilakukan dengan pemaparan menggunakan powerpoint dengan menggunakan bantuan proyektor agar dapat terlihat oleh peserta, dengan penyuluhan metode ceramah dengan

sesekali menyelingkan cerita pada saat pemaparan, yang dilanjutkan dengan pemaparan gambar diselingi dengan cerita singkat, di akhir slide dilengkapi dengan pemutaran video disertai dengan video lagu cara cuci tangan dan sikat gigi agar mudah di pahami oleh anak-anak di RA Mutiara, ini sejalan dengan metode penyuluhan yang dilakukan Aries bahwa pendidikan kesehatan dengan metode storytelling (bercerita) memberikan pengaruh terhadap penyerapan informasi yang diberikan. (Abiyoga et al., 2017)

Penyuluhan kesehatan dengan melakukan evaluasi untuk menilai keberhasilan penyuluhan yang telah dilakukan dengan meninjau secara langsung dengan meminta setiap anak untuk melakukan hal tersebut dengan mandiri evaluasi bisa dilakukan dengan pre-post tes untuk menilai keberhasilan tindakan ini sejalan dengan penyuluhan yang dilakukan dengan melakukan evaluasi penilaian dengan *pre tes* dan *post tes* menggunakan *questioner*. (Kasmiasi, 2020; Nurmahmudah & Nuryuniarti, 2021)

Pada penyuluhan ini dilakukan penilaian kemampuan secara langsung dengan anak di TK Mutiara langsung mempraktikkan dan dinilai oleh tim penyuluh kesehatan dimana didapatkan terdapat peningkatan kemampuan sebanyak 93% orang anak mampu melakukan tindakan cuci tangan dengan baik dan benar dan 87% anak mampu melakukan tindakan mengosok gigi dengan baik dan benar, ada sekitar 7% yang tidak mengalami peningkatan seperti anak-anak yang lain dalam hal mencuci tangan dan ada 23% anak yang tidak melakukan tindakan mengosok gigi dengan baik dan benar hal ini disebabkan anak tidak bisa karena pada saat evaluasi sibuk bermain, tidak ikut serta dan serta ada 1 orang anak dengan gangguan mental sehingga tidak dapat berpartisipasi secara penuh.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian yang di laksanakan di RA mutiara mampu meningkatkan pengetahuan peserta tentang *personal hygiene* dan kemampuan dalam melaksanakan tindakan cuci tangan 6 langkah dan mengosok gigi yang baik dan benar sehingga diharapkan kegiatan tersebut dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga memberikan pengaruh pada kesehatan yang dibina dari sejak dini.

DAFTAR REFERENSI

- Abiyoga, A., Arifin, R. F., & Norlita, Y. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Storytelling (Bercerita) Dalam Personal Hygiene Terhadap Hygienitas Kuku Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Darul Azhar*, 4(1), 71–80.
- Ariana, R. (2022). *Penyuluhan Tentang Pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun Dalam Rangka Peningkatan Personal Hygiene Pada Anak Di Tk Tursina Jaya Kelurahan Sitinjak*. 4(3), 1–23.
- Brier, J., & lia dwi jayanti. (2020). *Upaya Pencegahan Penyakit Diare Pada Anak Melalui Pendidikan Kesehatan Dan Tindakan Cuci Tangan Di RW 02 Kelurahan Slipi Jakarta Barat*. 21(1), 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Ernita, L., & Haminda Nusantri Rusydi, P. (2021). Gambaran Personal Hygiene Anak Berkebutuhan Khusus Di Panti Asuhan Waraqil Jannah. *Jurnal Salingka Abdimas*, 1(1), 15–17. <https://doi.org/10.31869/jsam.v1i1.2819>
- Ety, D., Suriah, S., & Fairus, F. (2019). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Suku Nuaulu Dalam Tradisi Pinamu Di Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(1), 31–35. <https://doi.org/10.35892/jikd.v14i1.91>
- Kasmiati. (2020). Pentingnya Menjaga Kesehatan Reproduksi Remaja Edukasi Di Mts Muahajirin Desa Waiheru Kec. Baguala Kota Ambon. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 1(10), 248–253. <https://www.bajangjournal.com/index.php/J-ABDI/article/view/3974>
- Nurmahmudah, E., & Nuryuniarti, R. (2021). Penyuluhan Personal Hygiene Di TKA / TPA / DTA Miftahul Khoer Cibangunkidul Ciherang Cibeureum Kota Tasikmalaya. *Panrita Abdi (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 5(2), 152–157.
- Putu Eka Nopitasari, M. H. (2021). Pemenuhan Kebutuhan Personal Hygiene Pada Anak : Literature Review. *Online Keperawatan Indonesia*, 4(1), 1–11. <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/1441/1419>
- Wayan, N., Asthiningsih, W., & Wijayanti, T. (2019). Edukasi Personal Hygiene Pada Anak Usia Dini Dengan G3CTPS. *Jurnal Pesut: Pengabdian Untuk Kesejahteraan Umat*, 1(2), 84–92.