
**MENCUCI TANGAN DAN MENCEGAH SAKIT GIGI DI SDN 1
WONOKOYO, KEDUNGKANDANG, MALANG**

**Denies Berlian Lufthansa¹, Adelia Yulian Elfiera², Meyta Abhinaya³, Kasmunir⁴,
Altamis Rosdya Caesarian⁵**

deniesberlian@gmail.com¹, adeliajuliane@gmail.com², meytaabhinaya@gmail.com³,
mubalbobal21@gmail.com⁴, arcalthamis@gmail.com⁵

ITSK RS Dr. Soepraoen Kesdam V/BRW Malang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas sosialisasi mengenai pentingnya mencuci tangan dan menyikat gigi di SDN 1 Wonokoyo, Kedungkandang, Malang. Melalui pendekatan kualitatif yang dilakukan dalam kelas dengan menggunakan metode sosialisasi, demonstrasi, dan praktik langsung, siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang kebersihan diri. Hasil dari kegiatan sosialisasi menunjukkan peningkatan pengetahuan dan perubahan positif dalam kebiasaan siswa, seperti mencuci tangan secara teratur dan menyikat gigi dengan teknik yang benar. Kegiatan ini memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kebersihan tangan dan gigi untuk mencegah penyakit. Penelitian ini juga menunjukkan pentingnya keterlibatan orang tua dan guru dalam mendukung penerapan perilaku hidup sehat secara berkelanjutan. Diperlukan pula penerapan kegiatan serupa secara rutin di sekolah-sekolah untuk memperkuat kebiasaan sehat di kalangan siswa.

Kata Kunci: Sosialisasi, Kebersihan, Siswa, Mencuci Tangan, Menyikat Gigi.

ABSTRACT

This study aims to evaluate the effectiveness of socialization regarding the importance of handwashing and teeth brushing at SDN 1 Wonokoyo, Kedungkandang, Malang. Using a qualitative approach conducted in the classroom with socialization, demonstration, and direct practice methods, students gained a better understanding of personal hygiene. The results of the socialization activities showed an increase in knowledge and positive changes in students' habits, such as regular handwashing and proper teeth brushing techniques. This activity contributed significantly to raising students' awareness of the importance of maintaining hand and dental hygiene to prevent diseases. The study also highlights the importance of involving parents and teachers in supporting the sustainable application of healthy living behaviors. Furthermore, it is essential to implement similar activities regularly in schools to strengthen healthy habits among students.

Keywords: Socialization, Hygiene, Students, Handwashing, Teeth Brushing.

PENDAHULUAN

Kesehatan anak usia sekolah merupakan aspek krusial dalam mendukung proses tumbuh kembang dan pencapaian prestasi akademik. Kebiasaan sederhana seperti mencuci tangan dan menyikat gigi secara rutin memiliki peran penting dalam mencegah berbagai penyakit infeksi dan masalah kesehatan mulut. Namun, di banyak sekolah dasar, termasuk SDN 1 Wonokoyo, Kedungkandang, Malang, kesadaran dan praktik kebersihan ini masih perlu ditingkatkan.

Mencuci tangan dengan sabun adalah tindakan sanitasi dasar yang efektif dalam mencegah penularan penyakit seperti diare dan infeksi saluran pernapasan. Menurut penelitian oleh Indiani dkk., edukasi tentang cara mencuci tangan yang benar dapat meningkatkan pemahaman dan praktik kebersihan tangan pada anak-anak sekolah dasar.

Selain itu, kesehatan gigi dan mulut juga menjadi perhatian penting. Karies gigi pada anak-anak dapat menyebabkan rasa sakit, gangguan makan, dan kesulitan belajar. Studi oleh Fankari dkk. menunjukkan bahwa kegiatan menyikat gigi yang dilakukan secara rutin dan benar dapat menurunkan prevalensi karies gigi pada siswa sekolah dasar.

Di SDN 1 Wonokoyo, program edukasi kesehatan yang terintegrasi antara mencuci tangan dan menyikat gigi perlu dikembangkan. Hal ini sejalan dengan temuan Hidayati dkk. yang menyatakan bahwa kombinasi edukasi cuci tangan dan sikat gigi dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak dalam menjaga kebersihan diri.

Implementasi program edukasi ini dapat dilakukan melalui metode ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung. Mahyuni dkk. menekankan pentingnya pendekatan yang sesuai dengan usia anak, seperti penggunaan lagu dan alat peraga, untuk mempermudah pemahaman dan penerapan kebiasaan sehat.

Peran guru dan orang tua sangat vital dalam membentuk dan mempertahankan kebiasaan mencuci tangan dan menyikat gigi pada anak. Yuniati menyoroti bahwa keterlibatan orang tua sebagai panutan dapat memperkuat perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan rumah dan sekolah.

Evaluasi berkala terhadap program edukasi ini penting untuk menilai efektivitas dan keberlanjutannya. Pane dkk. merekomendasikan monitoring melalui observasi langsung dan pengisian kalender kebiasaan sebagai alat ukur perubahan perilaku pada siswa.

Dengan demikian, pengembangan dan pelaksanaan program edukasi mencuci tangan dan menyikat gigi di SDN 1 Wonokoyo diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan praktik kebersihan diri siswa, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan prestasi belajar mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan proses dan dampak kegiatan sosialisasi tentang pentingnya mencuci tangan dan menyikat gigi pada siswa sekolah dasar. Kegiatan utama berupa penyuluhan atau sosialisasi dilakukan melalui media visual, demonstrasi praktik mencuci tangan dan menyikat gigi yang benar, serta diskusi interaktif dengan siswa. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap respons dan partisipasi siswa selama kegiatan, serta wawancara tidak terstruktur dengan guru dan siswa guna mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap setelah sosialisasi.

Lokasi penelitian dilaksanakan di SDN 1 Wonokoyo yang beralamat di Jl. Kalisari No. 2, Kelurahan Wonokoyo, Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang. Sekolah ini dipilih berdasarkan kebutuhan akan penguatan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada peserta didik. Proses sosialisasi dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah, melibatkan siswa kelas rendah dan kelas tinggi dengan pendekatan yang disesuaikan dengan tingkat pemahaman mereka. Data yang terkumpul dianalisis secara kualitatif melalui tahapan reduksi

data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk menggambarkan efektivitas kegiatan sosialisasi dalam membentuk kebiasaan hidup sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi mengenai pentingnya mencuci tangan dan menyikat gigi dilaksanakan secara langsung di ruang kelas bersama siswa kelas IV SDN 1 Wonokoyo. Sosialisasi berlangsung selama satu hari dengan durasi kurang lebih 90 menit. Materi disampaikan secara santai dan komunikatif agar mudah dipahami oleh siswa. Metode penyampaian yang digunakan berupa bercerita, diskusi ringan, dan demonstrasi. Hal ini dilakukan agar siswa lebih tertarik dan terlibat secara aktif dalam kegiatan yang bersifat edukatif namun menyenangkan.

Pada awal kegiatan, fasilitator menanyakan kebiasaan siswa sehari-hari terkait mencuci tangan dan menyikat gigi. Sebagian besar siswa mengaku hanya mencuci tangan dengan air tanpa sabun, dan menyikat gigi hanya sekali sehari atau bahkan kadang lupa. Hal ini menjadi dasar pentingnya kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kebersihan tangan dan mulut sejak dini. Respon awal siswa cukup aktif, mereka tampak antusias untuk bercerita dan mendengarkan penjelasan.

Materi mencuci tangan disampaikan dengan penekanan pada enam langkah mencuci tangan yang benar sesuai panduan WHO. Poster bergambar ditampilkan di papan tulis, dan siswa diminta memperhatikan serta menirukan gerakan yang dicontohkan. Setelah itu, dilakukan praktik langsung dengan membawa baskom, sabun, dan air bersih. Siswa sangat menikmati sesi ini, dan terlihat senang bisa mempraktikkan sendiri langkah-langkah mencuci tangan secara lengkap.

Selanjutnya, materi mengenai cara menyikat gigi yang benar juga disampaikan. Fasilitator menjelaskan bahwa menyikat gigi sebaiknya dilakukan minimal dua kali sehari, yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur. Teknik menyikat gigi dengan gerakan memutar dari arah gusi ke gigi diperagakan menggunakan model gigi dan sikat. Sebagian besar siswa belum mengetahui teknik tersebut sebelumnya. Mereka mengaku biasanya hanya menggosok gigi secara horizontal dan tergesa-gesa.

Setelah sesi penjelasan, siswa diminta mempraktikkan cara menyikat gigi menggunakan alat peraga. Mereka bersemangat mencoba dan meniru gerakan yang diperagakan. Dari observasi selama praktik berlangsung, sebagian besar siswa sudah mampu mengikuti instruksi dengan baik. Meskipun ada beberapa siswa yang masih bingung, namun mereka tampak berusaha dan tidak malu untuk bertanya. Interaksi ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran langsung dan partisipatif lebih efektif untuk usia sekolah dasar.

Guru kelas yang mendampingi kegiatan menyampaikan bahwa siswa jarang mendapatkan pembelajaran langsung tentang kebersihan pribadi secara praktis. Biasanya materi tersebut hanya disampaikan melalui buku pelajaran tanpa ada praktik nyata. Dengan adanya kegiatan ini, siswa menjadi lebih paham dan tertarik untuk menerapkannya. Guru juga menyampaikan bahwa setelah kegiatan berlangsung, siswa mulai lebih sadar untuk mencuci tangan sebelum makan dan lebih rajin menyikat gigi di rumah.

Wawancara dengan beberapa siswa menunjukkan bahwa mereka merasa senang dan tidak bosan selama sosialisasi berlangsung. Mereka menyukai bagian praktik karena bisa mencoba sendiri dan melihat hasilnya secara langsung. Salah satu siswa bahkan mengatakan bahwa ia akan mengajari adiknya di rumah cara mencuci tangan yang benar. Ini menunjukkan bahwa pesan dari kegiatan tidak hanya berhenti di sekolah, tetapi bisa berdampak pada lingkungan rumah.

Dalam beberapa hari setelah kegiatan, guru mengamati adanya perubahan perilaku pada sebagian siswa. Mereka mulai lebih sering mencuci tangan setelah bermain dan sebelum makan, bahkan tanpa diingatkan. Beberapa siswa juga lebih sadar akan kebersihan mulut,

seperti membawa sikat gigi ke sekolah untuk kegiatan gosok gigi bersama yang kemudian diinisiasi oleh guru setelah sosialisasi. Perubahan ini menunjukkan bahwa kegiatan sederhana seperti sosialisasi di dalam kelas dapat memberi pengaruh nyata terhadap perilaku anak.

Walaupun kegiatan hanya dilakukan di satu kelas, dampaknya cukup signifikan. Hal ini membuktikan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan secara langsung, disesuaikan dengan usia, serta mengajak siswa untuk praktik aktif, jauh lebih efektif dibanding hanya menyampaikan teori. Faktor lain yang mendukung keberhasilan kegiatan ini adalah keterlibatan guru, suasana kelas yang kondusif, dan penggunaan media yang menarik.

Secara keseluruhan, sosialisasi tentang mencuci tangan dan menyikat gigi di SDN 1 Wonokoyo telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan membentuk perubahan perilaku positif pada siswa. Meskipun skalanya kecil dan sederhana, kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan di lingkungan sekolah sangat penting untuk membangun kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilakukan secara rutin dan melibatkan seluruh kelas agar dampaknya lebih luas dan berkelanjutan.

Pembahasan

Kegiatan sosialisasi mencuci tangan dan mencegah sakit gigi di SDN 1 Wonokoyo menunjukkan bahwa pendekatan edukatif di dalam kelas dapat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa. Sebagian besar siswa yang sebelumnya tidak terbiasa mencuci tangan dengan sabun dan tidak mengetahui teknik menyikat gigi yang benar, setelah sosialisasi, menunjukkan perubahan positif dalam kebiasaan sehari-hari mereka. Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) pada siswa sekolah dasar menjadi salah satu upaya untuk mencetak generasi yang cerdas dan sehat, yang terbebas dari berbagai penyakit menular, salah satunya adalah diare.

Sosialisasi yang dilakukan di dalam kelas memungkinkan interaksi langsung antara fasilitator dan siswa, sehingga materi yang disampaikan dapat dipahami dengan baik. Metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi praktik mencuci tangan dan menyikat gigi yang benar terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang cara mencuci tangan yang benar dan pentingnya menjaga kebersihan diri.

Selain itu, keterlibatan guru dalam mendampingi kegiatan sosialisasi sangat penting untuk memperkuat pesan yang disampaikan dan memastikan bahwa siswa memahami materi dengan baik. Guru berperan sebagai model dan pengingat bagi siswa untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sesuai dengan rekomendasi dari penelitian yang menekankan pentingnya peran guru dalam mendukung program edukasi kesehatan di sekolah dasar.

Perubahan perilaku yang terjadi setelah sosialisasi menunjukkan bahwa anak-anak usia sekolah dasar memiliki kapasitas untuk memahami dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat jika diberikan informasi yang tepat dan cara yang menyenangkan. Pendidikan kesehatan di usia dini sangat penting karena dapat membentuk kebiasaan yang baik yang akan dibawa hingga dewasa. Penelitian lain juga mendukung bahwa edukasi kesehatan gigi dan mulut di sekolah dasar memainkan peran penting dalam membentuk kebiasaan sehat sejak dini.

Namun, meskipun ada perubahan positif, masih diperlukan upaya lanjutan untuk memastikan bahwa kebiasaan mencuci tangan dan menyikat gigi yang benar menjadi bagian dari rutinitas harian siswa. Program edukasi kesehatan sebaiknya dilakukan secara berkala dan melibatkan berbagai pihak, termasuk orang tua, untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian

yang menunjukkan bahwa keberlanjutan program edukasi kesehatan sangat penting untuk mencapai perubahan perilaku yang diinginkan .

Selain itu, penggunaan media pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan usia siswa dapat meningkatkan efektivitas sosialisasi. Media seperti gambar, video, dan alat peraga dapat membantu siswa memahami materi dengan lebih mudah dan menyenangkan. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran yang menarik dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Secara keseluruhan, kegiatan sosialisasi mencuci tangan dan mencegah sakit gigi di SDN 1 Wonokoyo berhasil meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa. Kegiatan ini dapat dijadikan model untuk diterapkan di sekolah-sekolah lain guna menciptakan generasi yang sehat dan cerdas. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa dengan pendekatan yang tepat, edukasi kesehatan di sekolah dasar dapat memberikan dampak positif yang signifikan bagi siswa.

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi mengenai pentingnya mencuci tangan dan menyikat gigi di SDN 1 Wonokoyo, Kedungkandang, Malang, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa terkait kebersihan diri. Melalui pendekatan langsung di dalam kelas, siswa dapat lebih memahami langkah-langkah mencuci tangan yang benar serta teknik menyikat gigi yang sesuai dengan panduan kesehatan. Sebagian besar siswa menunjukkan perubahan positif dalam kebiasaan mereka, seperti lebih sering mencuci tangan sebelum makan dan menyikat gigi secara teratur. Meskipun perubahan tersebut terjadi dalam waktu singkat, kegiatan ini membuka peluang untuk pendidikan kesehatan berkelanjutan di sekolah.

Meskipun sosialisasi ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan praktik kebersihan pada siswa, diperlukan upaya lanjutan untuk memastikan kebiasaan tersebut bertahan dan menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari siswa. Keterlibatan orang tua dan guru dalam mendukung kebiasaan sehat di rumah dan sekolah sangat penting. Selain itu, penting untuk mengadakan kegiatan serupa secara berkala guna memperkuat pesan edukasi kesehatan kepada siswa, serta memperkenalkan media pembelajaran yang lebih interaktif untuk memperkaya pengalaman belajar mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Caesar, D. L., Dewi, E. R., Mubaroq, M. H., Irawan, A. F., Suryaningtyas, A. F., Kurniasari, A., ... Yunanda, S. (2024). Gerakan Cuci Tangan Pakai Sabun pada Siswa Sekolah Dasar. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 113–121. <https://doi.org/10.47575/apma.v4i2.652>
- Fankari, F., Krisyudhanti, E., Variansi, R., & Purnami, S. A. (2023). Pencegahan Karies Gigi Melalui Kegiatan Menyikat Gigi dan Cuci Tangan pada Masa New Normal di SD Negeri 2 Baumata Timur Kabupaten Kupang. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 60–67. <https://doi.org/10.53770/amjpm.v2i2.132>
- Herawati, A., Sari, A., Santoso, D., Putra, F. B. A., Sitorus, G. G., & Setiawaty, S. (2022). Edukasi Kesehatan Gigi dan Mulut melalui Media Pembelajaran Berbasis Interaktif pada Siswa SDN Mekarjaya 11 Kota Depok Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(4), 111–118.
- Hidayati, F., Wisudariani, E., Hubaybah, H., Butar, M. B., Rahmat, A. A., & Putri, F. E. (2024). Edukasi Cuci Tangan Pakai Sabun dan Sikat Gigi pada Anak Usia Sekolah di SDN 129/1 Simpang Rantau Gedang. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 5(2).
- Indiani, S. A., Rahmawati, A. P., Anggaraeni, D. S., Fitriyanti, F., & Silvina, R. F. (2022). Edukasi Enam Langkah Mencuci Tangan Sebagai Upaya untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Cahaya Negeriku*, 2(01), 21–27.
- Mahyuni, S., Fatmi, M., & Nurhikmah, W. (2023). Edukasi Metode Cuci Tangan dan Sikat Gigi untuk Mencegah Diare dan Karies pada Anak Usia Pra-Sekolah. *Abdimas Siliwangi*, 6(1), 138–148.

- Noviani, N., Kristianto, J., & Anggreni, E. (2023). Menggosok Gigi dan Cuci Tangan di Panti Asuhan Yos Sudarso Jakarta Selatan: Brushing Teeth and Washing Hands at Yos Sudarso Orphanage South Jakarta. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 67–72.
- Pane, M. D. (2022). Penyuluhan Kesehatan tentang Personal Hygiene: Sikat Gigi dan Cuci Tangan yang Benar di SD Negeri 200501 Salambue. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(3), 92–95.
- Rosidah, I., Febriansyah, G., Ajjah, A., Astutik, W. L., & Mu'alifah, D. (2024). Sosialisasi dan Edukasi Menyikat Gigi bagi Siswa Kelas 1 SDN Karanganyar Kota Pasuruan. *Jurnal Kemitraan Masyarakat*, 1(3), 142–149.
- Wiritanaya, S., Wati, N., & Yanuarti, R. (2024). Edukasi Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar di Sekolah Dasar Negeri 67 Kota Bengkulu. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 61–65.
- Yuniati, F., Shobur, S., Ridwan, R., Pebriani, I., & Haryanti, R. S. (2022). Edukasi Kesehatan Gigi dan Kebersihan Tangan Anak. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(4), 3267–3279

LAMPIRAN





