

PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT (PHBS) : GOSOK GIGI DAN TINGKAT PENGETAHUAN ANAK USIA 7-12 TAHUN

Dita Rohma¹, Nita Yuniarti Ratnasari^{2)*}

^{1,2}Akademi Keperawatan Giri Satria Husada Wonogiri,
drohma632@gmail.com; nitayr.gshwng@gmail.com

ABSTRACT

Health is one of the important factors in efforts to develop Human Resources (HR), including education. Therefore, it becomes natural for health insurance. Healthy living behavior is one of the important efforts made in creating healthy environmental conditions, especially elementary school children who are still in the growth and development stage. Toothbrush is one of the most effective oral physiotherapy tools. It is widely used for cleaning teeth and mouth. There are various dental techniques. The method used in this research is a descriptive case study which is one type of strategy in qualitative research with a case study research approach (case studies). The population in this study were all children in Tegal Rejo Village, Kaliancar, Selogiri, Wonogiri. A sample of 5 children respondents lacked knowledge about brushing their teeth. The instrument uses the extension program unit (SAP), leaflets and questionnaire sheets. Study results The five respondents experienced an increase in knowledge as evidenced by the ability to answer questionnaires before and after health education, from the less-enough category (35%-45%) to the fairly-good category (85%-95%).

Keywords : Clean, Healthy Lifestyle, Brushing Teeth, Knowledge, Children

ABSTRAK

Kesehatan merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM), termasuk pendidikan. Oleh karena itu, menjadi hal yang wajar jika penjaminan kesehatan. Perilaku hidup sehat merupakan salah satu upaya yang penting dilakukan dalam menciptakan kondisi lingkungan yang sehat, terutama anak sekolah dasar yang masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. Sikat gigi merupakan salah satu alat fisioterapi mulut yang digunakan secara luas untuk membersihkan gigi dan mulut. Terdapat berbagai teknik menyikat gigi. Metode yang digunakan dalam penelitian dalam penelitian ini adalah studi kasus deskriptif yang merupakan salah satu jenis strategi dalam penelitian kualitatif dengan pendekatan *case study research* (studi kasus). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak di Desa Tegal Rejo, Kaliancar, Selogiri, Wonogiri. Sampel sebanyak 5 responden anak kurang pengetahuan tentang gosok gigi. Instrument menggunakan satuan acara penyuluhan (SAP), Leaflet dan lembar kuisisioner. Hasil studi Kelima responden mengalami peningkatan pengetahuan yang dibuktikan dengan kemampuan menjawab kuesioner sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan, dari kategori kurang-cukup (35%-45%) ke kategori cukup-baik (85%-95%).

Kata Kunci : Perilaku Hidup Bersih Sehat Gosok Gigi, Pengetahuan, Anak

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM), termasuk pendidikan. Oleh karena itu, menjadi hal yang wajar jika penjaminan kesehatan di Indonesia juga tertera dalam UUD 1945 pasal 28H dan dijabarkan dalam UU RI No. 9 tahun 1960. Agar hidup sehat dapat terlaksana, maka setiap orang harus mampu memiliki perilaku yang baik, yaitu Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan strategi yang digunakan untuk menciptakan kemandirian dalam

menciptakan dan meraih kesehatan dan merupakan suatu perilaku yang diterapkan berdasarkan kesadaran yang merupakan hasil dari pembelajaran yang dapat membuat individu atau anggota keluarga bisa meningkatkan taraf kesehatannya di bidang kesehatan masyarakat (Malawati, 2018).

Hidup sehat adalah hal yang seharusnya diterapkan oleh setiap orang, mengingat manfaat yang ditimbulkan akan sangat banyak, mulai dari konsentrasi kerja, kesehatan dan kecerdasan anak sampai dengan keharmonisan keluarga, menciptakan hidup sehat pun sangatlah mudah serta murah, mengingat biaya yang harus

dikeluarkan untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan cukup mahal. (fitri Natalia BR Sembiring, 2021).

Perilaku hidup sehat merupakan salah satu upaya yang penting dilakukan dalam menciptakan kondisi lingkungan yang sehat, terutama anak sekolah dasar yang masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan (Brahma Mahendra Putra Mangarapian, 2017). Gosok gigi merupakan salah satu alat fisioterapi mulut yang digunakan secara luas untuk membersihkan gigi dan mulut. Terdapat berbagai teknik menyikat gigi, namun metode penyikatan yang memenuhi standar ideal . (Suryani et al., 2018)

Dari hasil penelitian R.Rahim (2018) dengan judul “Pengaruh pendidikan kesehatan (penkes) gigi dan mulut terhadap praktik menyikat gigi pada anak usia sekolah di SDN 018 Bonra kecamatan luyo kabupaten polewali mandar.” Diperoleh hasil penelitian sebagai berikut Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan terhadap 42 responden tentang Pengaruh pendidikan kesehatan gigi dan mulut terhadap pengetahuan dan praktik menyikat gigi pada anak usia sekolah SDN 018 Bonra Kecamatan Luyo Kabupaten Polewali Mandar maka dapat disimpulkan bahwa Diketahui Praktik menyikat gigi siswa-siswi kelas III di SDN 018 Bonra Kecamatan Luyo Kabupaten Polewali Mandar sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan demonstrasi sikat gigi massal, praktik menyikat gigi kategori benar sebanyak 13 responden atau (31,0%).

Dari hasil penelitian Arianto, Zahroh shaluhiyah, Priyadi nugraha (2000) yang berjudul “Perilaku menggosok gigi pada siswa Sekolah Dasar kelas V dan VI di kecamatan Sumberejo” diperoleh hasil penelitian sebagai berikut Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku menggosok gigi pada siswa sekolah dasar kelas V dan VI di Kecamatan Sumberejo dengan kategori baik 54,0%, lebih banyak dibandingkan dengan kategori kurang baik 46,0%.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif yang merupakan salah satu jenis strategis dalam penelitian kualitatif, dengan pendekatan *case study research* (studi kasus). Metode deskriptif kualitatif yaitu penelitian yang bertujuan menjelaskan atau menggambarkan suatu fenomena atau kejadian secara factual, sistematis, dan akurat dengan menggunakan

kata-kata atau kalimat terhadap obyek yang diteliti. Studi kasus sendiri digunakan untuk menganalisis suatu kasus secara cermat dan mendalam. Peneliti ini dilakukan dengan melalui wawancara dan observasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang pendidikan kesehatan perilaku hidup bersih sehat gosok gigi dengan benar terhadap tingkat pengetahuan anak usia 7-12 tahun, di Desa Tegal Rejo, Kaliancar, Selogiri, Wonogiri. Variabel bebas (Independen) merupakan variabel atau karakteristik yang menyebabkan variabel lain berubah. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan tentang gosok gigi dengan benar. Definisi Operasional : suatu kegiatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gosok gigi dengan benar. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah peningkatan pengetahuan.

HASIL

Berdasarkan hasil pengumpulan data diperoleh responden sejumlah 5 orang. Adapun karakteristik responden, jenis kelamin dan usia responden dapat dilihat pada tabel berikut ini

Tabel 1. Karakteristik Responden

Umur	Jumlah	Persentase
8	2	40
11	1	20
12	2	40
Total	5	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden adalah 12 tahun (40%) dan 8 tahun (40%).

Tabel 2. Deskripsi skala tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penkes

Nama/ Inisial	Usi a	JK	Tingkat Pengetahuan	
			Pretest	Posttest
An. T	8	L	5	9
An. F	8	L	4	7
An. F	12	L	6	10
An. D	12	L	4	8
An. DI	11	L	5	9

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa jumlah responden yang terlibat yaitu sebanyak 5 (100%) responden sebelum dilakukan diberikan penkes tentang gosok gigi dengan benar rata-rata pengetahuannya adalah 4-5 dan setelah diberikan penkes pengetahuannya menjadi meningkat 9-10.

PEMBAHASAN

Penelitian ini membandingkan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penkes Berdasarkan data diatas hasil dari kelima responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi dalam kategori baik, hal ini didasarkan pada teori Alhogbi (2019), bahwa tingkat pengetahuan seseorang dinyatakan baik apabila nilainya $\geq 50\%$ dan hasil dari kelima responden tersebut sesudah diberikan edukasi nilainya melebihi 50%. Pada responden 1, Hari pertama penelitian yaitu pada tanggal 15 Juni 2022. Peneliti sebelumnya melakukan wawancara, setelah itu dilanjutkan pemberian kuesioner setelah itu diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi dengan benar. Saat dilakukan *pre-test* sebelum diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 5 pertanyaan benar dari 10 soal pertanyaan. Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi kurang. Pada waktu 15 menit kedepan dilakukan *post-test* setelah diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 9 pertanyaan yang benar, Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi baik. Pada responden 2, hari pertama penelitian yaitu pada tanggal 15 Juni 2022. Peneliti sebelumnya melakukan wawancara, setelah itu dilanjutkan pemberian kuesioner setelah itu diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi dengan benar. Saat dilakukan *pre-test* sebelum diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 4 pertanyaan benar dari 10 soal pertanyaan. Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi kurang. Pada waktu 15 menit kedepan dilakukan *post-test* setelah diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 7 pertanyaan yang benar, Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi baik.

Pada responden 3, hari pertama penelitian yaitu pada tanggal 15 Juni 2022. Peneliti sebelumnya melakukan wawancara, setelah itu dilanjutkan pemberian kuesioner setelah itu diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi dengan benar. Saat dilakukan *pre-test* sebelum diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 6 pertanyaan benar dari 10 soal pertanyaan. Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi kurang, pada waktu 15 menit kedepan dilakukan *post-test* setelah diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 10 pertanyaan yang benar, Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi baik.

Pada responden 4, hari pertama penelitian yaitu pada tanggal 15 Juni 2022. Peneliti

sebelumnya melakukan wawancara, setelah itu dilanjutkan pemberian kuesioner setelah itu diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi dengan benar. Saat dilakukan *pre-test* sebelum diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 4 pertanyaan benar dari 10 soal pertanyaan. Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi kurang. Pada waktu 15 menit kedepan dilakukan *post-test* setelah diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 8 pertanyaan yang benar, Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi baik.

Pada responden 5, hari pertama penelitian yaitu pada tanggal 15 Juni 2022. Peneliti sebelumnya melakukan wawancara, setelah itu dilanjutkan pemberian kuesioner setelah itu diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi dengan benar. Saat dilakukan *pre-test* sebelum diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 5 pertanyaan benar dari 10 soal pertanyaan. Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi kurang. Pada waktu 15 menit kedepan dilakukan *post-test* setelah diberikan pendidikan kesehatan 1 x 15 menit didapatkan hasil 9 pertanyaan yang benar, Tingkat pengetahuan responden tentang gosok gigi baik.

Berdasarkan data diatas hasil dari kelima responden sebelum diberikan penkes gosok gigi dalam kategori kurang baik, hal ini didasarkan pada teori (Alhogbi, 2019), bahwa pengukuran terhadap tingkat pengetahuan dapat dilakukan dengan cara wawancara atau dengan angket pertanyaan tentang isi materi yang diukur dari subjek penelitian (responden), Berdasarkan hasil penelitian diatas hasil dari kelima responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi dalam kategori baik, hal ini didasarkan pada teori Alhogbi (2019), bahwa tingkat pengetahuan seseorang dinyatakan baik apabila nilainya $\geq 50\%$ dan hasil dari kelima responden tersebut sesudah diberikan edukasi nilainya melebihi 50%. Tingkat pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi pada anak. Menurut (Oliver, 2019) pengetahuan (kognitif) adalah domain yang penting untuk membentuk tindakan seseorang.

KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi pada anak dalam kategori kurang ke cukup (35%-45%); tingkat pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi pada anak dalam kategori cukup ke baik (85%-95%);

perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, faktor usia, pengalaman, informasi; hasil analisa yang dilakukan dari keseluruhan responden didapatkan data bahwa sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang gosok gigi semua responden mengalami perubahan khususnya tingkat pengetahuan responden meningkat. Dengan demikian dapat disimpulkan masalah teratasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung Basuki. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Sd Negeri Iv Baturetno Kecamatan Baturetno Kabupaten Wonogiri Disusun*. 6–18.
- Agung Setyo Pambudi, M. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan*. 8(1), 48–53.
- Agustin Wahyu Prabandari. (2018). *Pengaruh Pemberian Penyuluhan Dengan Media Video Dan Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk 2 Muhammadiyah Bantul Agustin*.
- AYU WIJAYANTI HUTAURUK. (2020). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami Hiperemesis Gravidarum Dengan Kekurangan Volume Cairan Di Rumah Sakit Umum Daerah Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun. C*.
- Bawole, B. B., Umboh, J. M. L., Sumampouw, O. J., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2018). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Murid Sekolah Dasar Gmim 9 Dan Sekolah Dasar Negeri Inpres Pinangunian Kota Bitung. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)Rnal KESMAS, Vol. 7 No. 5, 2018 HUBUNGAN*, 7(5).
- Bayu Praditya Rismawan. (2017). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Dengan Metode Review Terhadap Perilaku Remaja Dalam Pencegahan Narkoba Di Smk Dwija Bhakti 1 Jombang*.
- Brahma Mahendra Putra Mangarapian. (2017). *Penilaian Efektivitas Salah Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Untuk Anak Tunadaksa (Studi Kualitatif Pada Slb Ypac Kabupaten Jember)*.
- Carolus Pinem. (2019). *Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat(Phbs) Siswa/Siswi Sd Negeri 043951 Kelas Iv,V,Vi Desa Surbakti Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Karo Tahun 2019*.
- fitri Natalia BR Sembirang. (2021). *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Sd Negeri 105306 Desa Sembahe Baru Kecamatan Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang Tahun 202*.
- Hasan, R. (2020). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Sma Negeri 8 Makassar Disusun*.
- Hasian Leniwita, Y. A. (2019). *Modul dokumentasi keperawatan*.
- Hestiyantari1, D., Chadirin1, Y., Putra1, H., , Bella Yuliani1, F. S., Widiansyah1, M. R., , I Wayan Wirya Aristyana1, M., Ma'mun1, I., Malik1, A., Irmajulianna2, A., & Ekrep, L. A. (2020). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa di SDN Gerendong 1 dan SDN Gerendong 2, Kecamatan Keroncong, Kabupaten Pandeglang*. 2(3), 504–512.
- Kusumawardani, L. H., & Saputri, A. A. (2020). *Gambaran Pengetahuan , Sikap dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Sekolah*. 10, 31–38.
- Linda oktaviani. (2020). *Aplikasi Aromaterapi Lemon Pada Ny. N Dan Ny. I Trimester I Dengan Ketidakseimbangan Nutrisi Kurang Dari Kebutuhan Tubuh Karya Tulis Ilmiah*.
- Malawati. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs)*.
- Prawiroharjo. (2013). *Tinjauan Pustaka Nyeri. Universitas Muhammadiyah Malang, skripsi*, 11–37.
- Ryan Mardika. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang (Phbs) Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Siswa*.
- SUNDARI RIZKY YUSNIAR. (2020). *Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum Yang Di Rawat Di Rumah Sakit*.
- Suprianto Zainuddin. (2017). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Penyakit PHBS*.
- Titi Sari Banun. (2019). *Hubungan Antara Pengetahuan Phbs (Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat) Dengan Pola Hidup Sehat Siswa Di Sd Negeri Tamanan Bantul*.