

PROGRAM PERSONAL HYGIENE BERFOKUS PEMERIKSAAN DAN PERAWATAN KESEHATAN MATA, TELINGA DAN MULUT DI SD NEGERI KARANG WIDORO 1, KEC. DAU, KAB. MALANG

**Akhiyan Hadi Susanto, Yulian Wiji Utami, Shila Wisnasari,
Muhammad Sahadewo Pintarto, Rifka Anindita Suwondo**

Departemen Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Brawijaya
susanto.akhiyan@ub.ac.id

Abstract

Personal hygiene is a self-care activity, and refers to keeping the body clean to improve overall health and well-being. Several health problems occur in school-age children including eye, ear, dental and oral health. This greatly affects the growth and development of children, especially in the learning process. SD Negeri 1 Karangwidoro is one of the educational units at the elementary level in Malang Regency. The problems that have been faced include poor personal hygiene among school students. Through this Community Service activity, partners have been introduced, examined, trained and followed up in improving good and correct personal hygiene. Health checks were carried out to assess eye hygiene, vision, color sense, ear hygiene and dental and oral hygiene. The results of the personal hygiene examination, it was found that the most common partner problems were cavities (80%) and dental plaque (56%). The next activity is to provide counseling to students and the School Health Unit (UKS).

Keywords: Personal Hygiene, School Age, Eye Health, Ear Health, Dental and Oral Health.

Abstrak

Personal hygiene merupakan tindakan merawat diri sendiri, dan mengacu pada kegiatan menjaga kebersihan tubuh untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan. Beberapa masalah kesehatan terjadi pada anak usia sekolah meliputi kesehatan mata, telinga, gigi dan mulut. Hal ini sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak khususnya dalam proses belajar. SD Negeri 1 Karangwidoro merupakan salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SD di Kab. Malang. Masalah yang dihadapi oleh mitra mencakup rendahnya tingkat kebersihan gigi dan mulut kalangan siswa/i di sekolah. Melalui program Pengabdian kepada Masyarakat ini, mitra akan diperkenalkan, diperiksa, diberikan pelatihan dan pendampingan untuk meningkatkan personal hygiene yang baik dan sesuai. Pemeriksaan dilakukan untuk menilai kebersihan mata, visus, color sense, kebersihan telinga serta kebersihan gigi dan mulut. Berdasarkan hasil pemeriksaan personal hygiene, ditemukan bahwa permasalahan utama yang dialami mitra adalah gigi berlubang (80%) dan adanya plak gigi (56%). Kegiatan selanjutnya adalah memberikan penyuluhan kepada siswa dan Unit Kesehatan Sekolah (UKS).

Keywords: Personal Hygiene, Usia Sekolah, Kesehatan Mata, Kesehatan Telinga, Kesehatan Gigi dan Mulut.

PENDAHULUAN

Personal hygiene didefinisikan sebagai praktik dalam menjaga

kebersihan dan mempromosikan serta menjaga kesehatan tubuh (1). *Personal hygiene* merupakan tindakan merawat diri sendiri, dan mengacu pada kegiatan

menjaga kebersihan tubuh untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan. Personal hygiene meliputi perawatan kepala dan rambut, mata, hidung, telinga, kuku tangan dan kaki, kulit, mulut dan gigi, serta area genital (2, 3). Hygiene merupakan kebutuhan yang sangat pribadi, dan perubahan yang baik membutuhkan keterampilan dan kepedulian (4). Pengetahuan yang baik tentang *personal hygiene* menjadi salah satu strategi pencegahan penyakit dan mampu meningkatkan kesehatan siswa. Basis pengetahuan yang kurang memadai dapat menghambat pengembangan strategi untuk meningkatkan pemeliharaan *personal hygiene*, yang sangat penting untuk mengurangi beban penyakit menular khususnya di lingkungan sekolah (5).

Mata yang sehat sangat penting dalam proses pembelajaran anak. Sekitar 60% anak dengan kesulitan belajar memiliki masalah penglihatan yang tidak terdeteksi. Ruang kelas dengan banyak pembelajaran visual mulai dari grafik, poster, hingga gambar sangat membutuhkan penglihatan yang baik. Riskesdas (2013) menunjukkan prevalensi masalah pada mata salah satunya adalah Angka kebutaan saat ini cenderung lebih rendah dibandingkan dengan prevalensi kebutaan pada tahun 2007 (6). Penelitian lain menunjukkan bahwa prevalensi kelainan refraksi mata pada anak usia 6–11 tahun di Kecamatan Turi mencapai 2,32%, yang teridentifikasi melalui tanda dan gejala yang ditemukan (7). Tingginya angka pada anak usia 6 tahun ke atas perlu segera ditekan. Oleh karena itu, diperlukan upaya pemeriksaan kelainan refraksi mata pada siswa sekolah dasar agar dapat dilakukan koreksi dan terapi sejak dini. Pemeriksaan dan perawatan kesehatan mata yang tepat sangat diperlukan sedini mungkin.

Kesehatan indera pendengaran memegang peranan penting dalam upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Hasil skrining pendengaran yang dilakukan oleh Komnas Penanggulangan Gangguan Pendengaran dan Ketulian (PGPKT) di beberapa sekolah di berbagai daerah di Indonesia menunjukkan bahwa 20–30% siswa sekolah dasar mengalami gangguan pendengaran akibat sumbatan kotoran telinga, yang dikenal sebagai 'serumen prop' (8). Penelitian yang dilakukan oleh Reza Andi pada tahun 2015 terhadap siswa usia 6–7 tahun di SDN Kebonagung 5 menunjukkan bahwa 80% anak memiliki tingkat kebersihan telinga yang baik, sedangkan 20% lainnya tergolong kurang bersih. Menurut Isro'in dan Andarmoyo (2012), kurangnya perhatian terhadap kebersihan diri dapat memicu berbagai masalah kesehatan, salah satunya infeksi dan penumpukan serumen di telinga.

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral dari kesehatan tubuh secara keseluruhan, karena kondisi gigi dan mulut yang baik turut memengaruhi kesehatan tubuh secara menyeluruh (9). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi makanan kariogenik dengan terjadinya karies gigi. Proporsi anak prasekolah yang mengalami karies gigi mencapai 47 anak (94%), sementara yang tidak mengalami karies hanya 3 anak (6%). Oleh karena itu, perawatan gigi sejak dini menjadi sangat penting untuk mencegah kerusakan gigi (10).

SD Negeri 1

Karangwidoro adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SD di Karangwidoro, Kec. Dau, Kab. Malang, Jawa Timur. Dalam menjalankan kegiatannya, SD Negeri 1 Karangwidoro berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan

Kebudayaan. Persoalan yang terdampak mitra antara lain kurang baiknya personal hygiene pada siswa siswi sekolah, khususnya Kesehatan mata, telinga dan mulut. Masalah ini timbul akibat kurangnya pemahaman mitra mengenai kebersihan diri (personal hygiene). Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, mitra akan diberikan pemahaman, dilakukan pemeriksaan, diberikan pelatihan, serta dilakukan pendampingan lanjutan untuk meningkatkan perilaku kebersihan diri yang sesuai. Sementara itu, Unit Kesehatan Sekolah (UKS) diharapkan dapat melanjutkan upaya pembiasaan Kebiasaan menjaga kebersihan diri yang tepat kepada siswa di masa mendatang.

METODE

Metode pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah: **1) Pemeriksaan, Tahap 1:** Pemeriksaan kesehatan mata siswa SD Negeri Karang Widoro 1, Dau, Malang (Kategori Kebersihan Mata, Visus, Segmen Anterior Posterior), **Tahap 2:** Pemeriksaan kesehatan telinga siswa SD Negeri Karang Widoro 1, Dau, Malang (Kategori Kebersihan Telinga, Tes Dengar), **Tahap 3:** Pemeriksaan kesehatan gigi dan mulut siswa SD Negeri Karang Widoro (Kategori Kebersihan Gigi & Mulut) dan **2) Edukasi Kesehatan:** sekaligus sebagai tahap 4, setelah pemeriksaan dilanjutkan dengan pemaparan status kesehatan siswa dan penyuluhan dengan topik Personal Hygiene. Kegiatan ini dilaksanakan dalam dua tahap untuk mempertahankan efektivitas penyampaian materi dan evaluasi hasil capaian. Kegiatan telah dilaksanakan pada bulan Juni-

September 2023 untuk siswa kelas 3, 4 dan 5.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap 1: Pemeriksaan Kesehatan Gigi dan Mulut

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Gigi dan Mulut

No.	Indikator	Ya	%	Tidak	%	Total
1.	Gigi bersih dan berwarna putih	48	64%	27	36%	75
2.	Tidak terdapat plak	33	44%	42	56%	75
3.	Tidak terdapat sariawan atau masalah mulut yang lain	54	72%	21	28%	75
4.	Napas segar	57	76%	18	24%	75
5.	Lidah berwarna merah muda terang	69	92%	6	8%	75
6.	Bibir lembab/tidak pecah-pecah/kering	69	92%	6	8%	75
7.	Tidak terdapat gigi berlubang	15	20%	60	80%	75
8.	Gusi berwarna merah	72	96%	3	4%	75

Pada pemeriksaan ini didapatkan 100% siswa dilakukan pemeriksaan gigi dan mulut. Masalah tertinggi ditemukan gigi berlubang 80% dan adanya plak gigi 56%.

Tahap 2: Pemeriksaan Kesehatan Mata

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Mata

Visus	OD	%	OS	%
- Normal (6/6)	23	82%	24	86%
- Gangguan visus ringan (<6/12)	1	4%	2	7%
- Gangguan visus sedang (<6/18)	2	7%	1	4%
- Gangguan visus berat (<6/60)	2	7%	1	4%

- Buta (<3/60)	0	0%	0	0%
Mata Bersih	28	100%	28	100%
Buta Warna				
Tidak Buta Warna	27	96%		
Buta Warna	1	4%		

Hasil pemeriksaan menunjukkan 37% siswa dilakukan pemeriksaan mata (gambar 1) dan kurang dari sasaran. Pemeriksaan hanya dapat dilakukan pada siswa kelas 4, Laki-laki 18, Perempuan 10. Tidak ada masalah dengan kebersihan mata. Pemeriksaan visus menunjukkan 18% terjadi gangguan visus. Ditemukan 1 orang diduga buta warna.



Gambar 1. Pemeriksaan Mata

Tahap 3: Pemeriksaan Kebersihan Telinga

Tabel 3. Hasil Pemeriksaan Kebersihan Telinga

Indikator	Ya	%	Tidak	%	Total
<u>Kebersihan Telinga</u>					
<u>Daun dan lubang telinga bersih atau tidak terdapat kotoran</u>	63	84%	12	16%	75

Pada pemeriksaan ini 100% siswa dilakukan pemeriksaan kebersihan telinga dan didapatkan kondisi kebersihan telinga yang kurang sebesar 16%.

Tahap 4 Edukasi Kesehatan

Setelah pemeriksaan, dilanjutkan dengan pemaparan status Kesehatan siswa dan penyuluhan dengan topik Personal Hygiene. Penyuluhan berbentuk pemberian materi dan tanya jawab (gambar 2) serta praktik langsung dengan bimbingan instruktur (gambar 3). Kegiatan ini dilaksanakan dalam dua tahap guna memastikan efektivitas dalam penyampaian materi serta pendampingan kepada para siswa. serta evaluasi capaian dengan pre-pos test (tabel 4).



Gambar 2. Penyuluhan dan Diskusi



Gambar 3. Praktik Langsung Gosok Gigi

Kegiatan dilanjutkan dengan evaluasi pengetahuan pada 57 siswa sebelum dan setelah kegiatan. Didapatkan hasil tabel 4.

Tabel 4. Hasil Evaluasi Pre-Post Test

No	Indikator	Pre-Test	Post-test
1	<u>Kesehatan & Kebersihan Gigi Mulut</u>	60	90
2	<u>Kesehatan & Kebersihan Mata</u>	40	75
3	<u>Kesehatan & Kebersihan Telinga</u>	50	90

Dari tabel di atas didapatkan telah terjadi peningkatan pengetahuan terkait personal hygiene (mata, telinga, gigi dan mulut) dengan rata-rata skor akhir 85.

SIMPULAN

Pada kegiatan ini didapatkan:

- a. Siswa antusias dengan pelaksanaan kegiatan
- b. Pada pemeriksaan mata target kurang dari sasaran. Tidak ada masalah dengan kebersihan mata dan Pemeriksaan visus menunjukan 18% terjadi gangguan visus. Ditemukan 1 orang diduga buta warna.
- c. Pada pemeriksaan kebersihan telinga target tercapai dan ditemukan kondisi kebersihan telinga yang kurang sebesar 16%.
- d. Pada pemeriksaan gigi dan mulut target tercapai dan ditemukan masalah tertinggi ditemukan gigi berlubang 80% dan adanya plak gigi 56%.
- e. Terjadi peningkatan pengetahuan terkait personal hygiene (mata, telinga, gigi dan mulut) dengan rata-rata skor akhir 85.
- f. Siswa aktif berpartisipasi dalam kegiatan baik pemeriksaan dan edukasi (bermain dan praktik langsung) terkait kesehatan mata, telinga dan mulut
- g. Pendampingan program UKS belum sepenuhnya dapat dilakukan disebabkan keterbatasan tenaga guru dan siswa terlatih.

Saran kegiatan selanjutnya

adalah:

- a. Cakupan pemeriksaan dan edukasi dapat diperluas untuk seluruh kelas 1-6 atau seluruh siswa.
- b. Koordinasi dengan sekolah terkait dengan pemeriksaan dan intervensi lanjut untuk temuan masalah kesehatan (rujukan).
- c. Program lanjutan yakni pendampingan program UKS dengan adanya pelatihan guru pendamping dan siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada BPPM FIKES UB atas Hibah Penelitian dan Pengabdian Masyarakat FIKES UB tahun 2023 serta adik-adik HIMKAJAYA UB.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Rifaa'i, J. M., Al Haddad, A. M., & Qasem, J. A. (2018). Personal Hygiene among College Students in Kuwait: A Health Promotion Perspective. *Journal of Education and Health Promotion*, 7(92).
- Kozier dan Erb, G. (2009). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis Kozier & Erb*. Jakarta: EGC.
- Potter, P.A. dan Perry, A.G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Tamiru, D., Argaw, A., Gerbaba, M., Ayana, G., Nigussie, A., Jisha, H., & Belachew, T. (2017). Enhancing Personal Hygiene Behavior and Competency of Elementary School Adolescents through Peer-Led Approach and

- SchoolFriendly: A Quasi-Experimental Study. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 27(3), 245–254.
- Khatoon, R., Sachan, B., Khan, M., & Srivastava, J. (2017). Impact of school health education program on personal hygiene among school children of Lucknow district. *Journal of Medicine and Primary Care*, 6(1), 97.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementrian Kesehatan RI, 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013
- Lukman,F., Lindra, A., Heriana, C. (2016). Skrining Kelainan *Refraksi* Mata Pada Siswa Sekolah Dasar Menurut Tanda dan Gejala. *Journal of Health Education*.
- Suwento R, Hendramin H. (2012). Gangguan pendengaran pada geriatri. Dalam: Soepardi EA, Iskandar N, Bashirudin J, Restuti RD, editor. Buku ajar kesehatan telinga, hidung, tenggorok, kepala & leher. Jakarta: Badan Penerbit FK UI. hlm. 36-8.
- Gultom, E dan RR. R. Dyah. (2017). Bahan Ajar Keperawatan Gigi Konsep Dasar Pelayanan Asuhan Kesehatan Gigi dan Mulut I. Edisi tahun 2017. Jakarta: "t.p"
- Fauzi, Indra. (2016). Hubungan Konsumsi makanan kariogenik dan kebiasaan menggosok gigi dengan Karies gigi pada anak SDN 2 Cireunde di Tangerang selatan. Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan: Uin Syarif Hidayatullah Jakarta