

**PERILAKU SEHAT DAN BERSIH PENGHUNI  
PANTI YAYASAN CINTA KASIH IBU TERESA SURABAYA**

***HEALTHY AND CLEAN BEHAVIOR  
CINTA KASIH IBU TERESA FOUNDATION SURABAYA RESIDENTS***

Lembunai Tat Alberta, Pratiwi Hermiyanti\*), Darjati, Wisnu Istanto, Mujayanto, Khambali, Demes Nurmayanti, Hadi Suryono, Fitri Rokhmalia, Rachmaniyah, Iva Rustanti, Marlik, Putri Arida Ipmawati, Budi Yulianto

Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email korespondensi: [pratiwi@poltekkesdepkes-sby.ac.id](mailto:pratiwi@poltekkesdepkes-sby.ac.id)

**Abstrak:** Panti Yayasan Cinta Kasih (YCK) Ibu Teresa adalah salah satu panti berlokasi di Surabaya Barat yang merawat anak dan bayi serta orang tua lanjut usia yang membutuhkan perawatan dan pendidikan keluarga. Bantuan dari masyarakat sekitar terkait pangan sudah memenuhi kebutuhan di Panti YCK Ibu Teresa, namun pendidikan dasar kesehatan belum sepenuhnya diperoleh secara berkala bagi warga panti ini. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk memberikan pengetahuan serta perilaku yang mendukung pendidikan dasar kesehatan pada anak dan orang tua lanjut usia. Metode pelaksanaan yang dilakukan berupa penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta penyuluhan cara menyikat gigi yang benar. Hasil pengabdian masyarakat penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan cara sikat gigi yang benar diikuti secara menyeluruh oleh warga YCK Ibu Teresa dan antusias dalam memberikan pertanyaan terkait materi yang diberikan. Diharapkan dalam waktu periodik dilakukan pengabdian masyarakat sejenis serta pelayanan kesehatan lainnya untuk merawat kesehatan warga YCK Ibu Teresa Surabaya.

**Kata kunci:** PHBS, sikat gigi, panti

**Abstract:** *Yayasan Cinta Kasih (YCK) Ibu Teresa Orphanage is one of the orphanages located in West Surabaya that cares for children and babies as well as elderly parents who need family care and education. Assistance from the surrounding community regarding food has met the needs of the YCK Ibu Teresa Orphanage, but basic health education has not been yet fully provided on a regular basis for the residents of this orphanage. The purpose of this community service is to provide knowledge and behavior that supports basic health education for children and elderly parents. The implementation method used is in the form of counseling on Clean and Healthy Behavior (PHBS) as well as counseling on how to brush teeth properly. The results of the community service counseling on Clean and Healthy Behavior and the correct way to brush teeth were followed thoroughly by YCK Ibu Teresa residents, and enthusiastically ask questions related to the material presented. It is hoped that in the periodic time similar community service and other health services will be carried out to care health of YCK Ibu Teresa residents, Surabaya.*

**Keywords:** *Clean and Healthy Behavior, teeth bursh, orphanage*

## PENDAHULUAN

Yayasan Cinta Kasih (YCK) Ibu Teresa Surabaya adalah suatu lembaga hukum berupa panti yang perannya sebagai keluarga baru menggantikan keluarga sebenarnya dalam pelayanan perawatan, pengasuhan, perlindungan, dan pendidikan kepada orang tua lanjut usia dan anak-anak terlantar. YCK Ibu Teresa berlokasi di Jalan Bringin no.5 Sambikerep

Surabaya dan di Villa Chery, desa Sumber Rejo Batu Malang. Pendeta TSE Ratna Susiani adalah pengelola Panti YCK Ibu Teresa ini, dalam keseharian dibantu oleh pengurus lainnya. Anggota warga Panti YCK Ibu Teresa ini berjumlah 50 orang. Warga Panti merupakan unsur lansia sebanyak 40 orang, anak-anak 13 orang, usia remaja 10 orang, dan unsur pengelola 6 orang.

Para anak dan orang tua lanjut usia yang tinggal di Panti YCK Ibu Teresa berasal dari keluarga yang mempunyai latar belakang berbeda satu dengan lainnya. Pengurus Panti YCK Ibu Teresa tidak memberikan batasan asal tempat tinggal dan suku bangsa bagi penghuni baru. Hal ini yang menjadi alasan beberapa keluarga menitipkan orang tua mereka di tempat ini. Begitupun dengan anak-anak dan bayi yang dititipkan orang tua yang dalam kontrak disampaikan hanya sementara, namun akhirnya orang tua tersebut tidak pernah datang mengunjungi anak mereka.

Sustainable Development Goals (SDGs) menjelaskan bahwa PHBS adalah suatu upaya dalam jangka pendek melakukan pencegahan melalui peningkatan kesehatan pada tatanan keluarga, masyarakat, dan sekolah (Kemenkes RI, 2015). Panti YCK Ibu Teresa sesuai penjelasan tersebut termasuk dalam lingkup rumah tangga atau keluarga.

Pada masa sekarang dimana Covid-19 sudah bersifat endemik, namun Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tetap mengambil bagian dalam upaya peningkatan derajat kesehatan. PHBS yang dapat dilakukan di Panti YCK Ibu Teresa bagi anak dan lansia yaitu melaksanakan arahan pemerintah dengan memakai masker, membatasi ruang berkumpul dengan jarak tertentu, serta menggunakan sabun untuk cuci tangan dan menyikat gigi yang benar serta menjaga kesehatan lainnya.

Keuntungan pelaksanaan PHBS adalah merangkul masyarakat agar menyadari pentingnya kesehatan dan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam menjalani hidup yang bersih dan memenuhi variabel kesehatan sesuai syarat. Salah satu kegiatan PHBS yaitu meningkatkan upaya agar kebersihan gigi dan mulut tetap terjaga melalui kebiasaan rajin menyikat gigi. Cara menyikat gigi yang salah mengakibatkan dentin gigi terbuka yang menyebabkan gigi ngilu, erosi gigi karena makanan yang mengandung asam tinggi, terbentuknya karang gigi, radang gusi, dan bau mulut (Puput, 2020).

Sesuai dengan penjelasan dan latar belakang tersebut, tim pengabdian Poltekkes Kemenkes Surabaya telah memberikan penyuluhan tentang PHBS dan upaya membiasakan kebaikan menyikat gigi secara benar. Upaya tersebut menjadi target penerapan hidup bersih dan sehat bagi warga YCK Ibu Teresa.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan kegiatan abdi masyarakat yang dilakukan berupa penyuluhan PHBS dan petunjuk menyikat gigi yang benar. Dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa Poltekkes Kemenkes Surabaya merupakan tim yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini. Mahasiswa sebagai salah satu bagian pengabdian melakukan persiapan kegiatan berupa perijinan dan persiapan materi penyuluhan, sedangkan dosen dan tenaga kependidikan melakukan penyuluhan PHBS, petunjuk menyikat gigi serta melakukan pemeriksaan kesehatan. Sasaran abdi masyarakat ini adalah penghuni di YCK Ibu Teresa Surabaya yang terdiri atas anak, lansia serta pengurus panti. Media yang digunakan dalam abdi masyarakat berupa poster PHBS dan alat peraga petunjuk menyikat gigi yang baik dan benar.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat di YCK Ibu Teresa diikuti oleh 18 orang dari unsur dosen dan tenaga kependidikan serta mahasiswa Poltekkes Kemenkes Surabaya. Secara lebih detail, pelaksanaan kegiatan dapat diuraikan di bawah ini:

Sasaran yang dilayani dalam pengabdian masyarakat ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan. Kelompok usia terlayani tersebar dari anak, dewasa dan lansia.

**Tabel 1. Karakteristik warga Panti YCK Ibu Teresa**

Jenis Kelamin		
L	8	44%
P	10	56%

Kelompok usia		
>60	1	6%
41-60	6	33%
21-40	6	33%
<21	5	28%

### **Penyuluhan PHBS dan Cara Menyikat Gigi dengan Baik dan Benar**

Hasil capaian pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penghubi di YCK Ibu Teresa Surabaya telah memahami PHBS dalam hal mencuci tangan dengan benar dan dapat mendemonstrasikannya. Anak-anak warga YCK Ibu Teresa telah memiliki pengetahuan petunjuk menyikat gigi secara benar. Hal ini dibuktikan dengan beberapa anak telah dapat mendemonstrasikan cara menyikat gigi menggunakan alat peraga.

Penerapan PHBS merupakan perilaku secara sadar yang berupa implementasi dari upaya belajar agar seseorang dapat menolong dirinya sendiri atau masyarakat lainnya dalam mewujudkan kesehatan di lingkungannya. Program penerapan PHBS merupakan bentuk dari upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada tiap individu pada warga YCK Ibu Teresa. Melalui penyuluhan ini pengetahuan warga YCK Ibu Teresa mengenai PHBS telah meningkat yang ditunjukkan melalui adanya sikap dan perilaku yang berubah setelah diberikan pemahaman secara personal. Melalui dipahaminya pelaksanaan PHBS, diharapkan masyarakat dapat melakukan penerapan petunjuk hidup sehat yang telah dibiasakan pada kehidupan keseharian dalam meningkatkan mutu kesehatannya (Kemenkes RI, 2011).

Hingga saat ini, pemerintah menjadikan PHBS sebagai salah satu poin khusus yang perlu diperhatikan. Hal ini dikarenakan PHBS sebagai dasar titik awal pencapaian peningkatan kesehatan pada program SDGs pada periode tahun 2015-2030. Dalam SDGs, PHBS merupakan salah satu tindakan preventif pada lingkup

tatanan keluarga, masyarakat dan sekolah untuk meningkatkan derajat kesehatan (Kemenkes RI, 2015).

Penggunaan sabun untuk mencuci tangan merupakan tindakan pencegahan dalam meminimasi risiko penularan penyakit secara fecal oral. Cuci tangan pakai sabun menggunakan baku air bersih. Kesadaran penggunaan air bersih menghindarkan dari penyakit yang bersifat fecal oral seperti diare, kecacingan, atau keracunan bahkan menghindarkan dari penyakit kulit. Melalui penggunaan air bersih, anggota keluarga menjadi terpelihara keamanan dan kebersihannya (Nuhajati,2019).

Praktik mencuci tangan menggunakan sabun dengan benar menjadi cara yang efektif dan optimal dalam meminimalkan risiko penularan penyakit. Kotoran dan debu di tangan kita secara efektif dapat dihilangkan melalui penggunaan air bersih dan sabun dalam menyucitangan. Secara mikrobiologis, organisme mikro penyebab penyakit seperti bakteri, virus, serta parasit lainnya di kedua tangan dapat dimatikan menggunakan sabun dan air bersih yang mengalir. Selain bakteri dan virus, telur cacing yang mungkin ada di kuku dan jari-jari serta menempel pada permukaan kulit pada kedua tangan dapat dihilangkan melalui tindakan cuci tangan pakai sabun (Desiyanto dan Djannah, 2013).

Kegiatan sehari-hari yang perlu mendapat perhatian dengan melakukan cuci tangan pakai sabun misalnya setelah dari kamar mandi, setelah menyantap makanan, setelah berkebum, saat menutup mulut ketika batuk atau bersin dan lainnya. WHO menyatakan ada enam langkah mencuci tangan dengan waktu 40 sampai 60 detik Saat waktu yang dilakukan untuk mencuci tangan dengan sabun tidak sesuai dengan waktu yang dianjurkan, maka masih ada kemungkinan bakteri atau kotoran yang ada pada permukaan kulit tidak mati dengan sempurna. Sedangkan apabila waktu melebihi 60 detik, cuci tangan tadi berpotensi dapat menghilangkan kelembaban alami kulit sehingga kulit tangan baik permukaan ataupun punggung tangan terjadi iritasi.



Gambar 1. Penyuluhan PHBS

Kesehatan gigi dan mulut sangat bersifat penting bagi kesehatan secara umum. Selain itu juga sangat mempengaruhi kualitas kehidupan, termasuk manfaat mulut untuk berbicara, fungsi menghancurkan makanan, dan menimbulkan rasa percaya diri bagi manusia. Adanya gangguan kesehatan gigi dan mulut dapat berefek pada produktivitas seseorang serta berpotensi menyebabkan penyakit seperti nyeri di mulut dan wajah (pipi), potensi terkena kanker mulut dan tenggorokan, risiko timbulnya infeksi dan luka pada mulut, penyakit periodontal (gusi), gigi yang rusak, gigi patah atau tanggal, serta penyakit lainnya serta gangguan lainnya yang dapat menurunkan fungsi menggigit, mengunyah makanan, mengungkapkan emosi tersenyum, dan berbicara. Sehingga penting untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut (Nurmalasari, dkk., 2021).

Salah satu metode dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut melalui rutin melakukan sikat gigi pagi dan malam, sebagaimana tujuan dari pengabdian masyarakat ini yaitu diharapkan warga YCK Ibu

Teresa dapat menjaga kesehatan gigi dan mulut dengan cara menyikat gigi yang baik dan benar.



Gambar 2. Demonstrasi Cara Sikat Gigi

## KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan diikuti dengan antusias oleh warga YCK Ibu Teresa. Hal ini terbukti bahwa para penghuni YCK Ibu Teresa mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir. Anak-anak dan lansia sebagai sasaran pengabdian masyarakat ini telah mengikuti acara tersebut sampai dengan selesai sejak penyuluhan PHBS hingga demonstrasi menyikat gigi dengan baik dan benar.

## DAFTAR RUJUKAN

Desiyanto, F. A., & Djannah, S. N. (2013). Efektivitas Mencuci Tangan Menggunakan Cairan Pembersih Tangan Antiseptik (Hand Sanitizer) Terhadap Jumlah Angka Kuman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 7(2) : 75–82.

Kemendes RI (2011) *Panduan Pembinaan dan Penilaian Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Rumah Tanggal*

Kemendes RI (2015) *Profil Kesehatan Indonesia*.

Nuhajati, Nunun (2019). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat.*

Nurmalasari, A., Hidayati, S., & Prasetyowati, S. (2021). Pengaruh penyuluhan menggunakan media phantom gigi terhadap perilaku siswa tentang cara menggosok gigi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi*, 2(3), 416-424.

Puput D.C., dan Ilham Akhsanu R. 2020. Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. *the Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education* 8 (1): 47 – 50