

PERILAKU HIDUP SEHAT DAN PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI MASA PANDEMI PADA POSYANDU PAO PAO

Nanang Rahmadani¹, Nurul Inayah², Rezkiyanto³, YayieManggarsari⁴, Zulkarnain⁵,
Nelly Nugrawati⁶

Program Studi D-III Kesehatan Gigi, Stikes Amanah Makassar, JlInspeksi Kanal II
Hertasning Baru, Makassar, Indonesia
Email : nanank.adam@gmail.com

ABSTRAK

Masa pandemi Covid-19 berpengaruh pada semua masyarakat baik di daerah perkotaan maupun pedesaan. Daerah dengan penduduk yang padat dan kondisi rumah yang sangat berdekatan perlu pengaturan dan strategi dalam menjalankan kegiatan-kegiatan kemasyarakatan yang biasanya dapat berjalan dengan lancar saat sebelum pandemi. Pada masa pandemi, kegiatan tatap muka antara kader dengan anggota Posyandu ditiadakan. Selain itu, pengobatan gigi sangat terbatas dilayani saat pandemi ini. Masyarakat yang memiliki keberagaman dalam tingkat pendidikan dan perekonomian menjadikan adanya gap informasi dan pemahaman terutama tentang menjaga kesehatan gigi serta perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Oleh karena itu, pengabdian kemitraan masyarakat ini dilakukan untuk memberikan pemahaman bagaimana cara menjaga kesehatan gigi di masa pandemi dan melakukan kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat untuk mencegah tertular dan penyebaran Covid-19. Hasil kegiatan pelatihan dan penyuluhan ini ternyata sangat bermanfaat terutama pada saat badai peningkatan Covid-19 bulan Juni-Juli 2021. Anggota posyandu meningkat kesadarannya dalam menggunakan masker yang benar, isolasi mandiri untuk yang positif, saling membantu untuk yang isoman, berkegiatan seperlunya, dan menegakkan protokol kesehatan. Anggota posyandu meningkat kesadarannya dalam menggunakan masker yang benar, isolasi mandiri untuk yang positif, saling membantu untuk yang isoman, berkegiatan seperlunya, dan menegakkan protokol kesehatan.

Kata Kunci: Posyandu; kesehatan gigi; perilaku hidup bersih dan sehat; pandemi Covid-19.

HEALTHY LIVING BEHAVIOR AND DENTAL HEALTH MAINTENANCE DURING THE PANDEMIC AT POSYANDU PAO PAO

Nanang Rahmadani¹, Nurul Inayah², Rezkiyanto³, YayieManggarsari⁴, Zulkarnain⁵,
Nelly Nugrawati⁶

D-III Dental Health Study Program, Stikes Amanah Makassar
St. Jl Inpeksi Kanal II Hertasning Baru, Makassar, Indonesia
Email : nanank.adam@gmail.com

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has affected all communities, both in urban and rural areas. Areas with dense populations and houses that are very close together need arrangements and strategies for carrying out community activities that usually ran smoothly before the pandemic. During the pandemic, face-to-face activities between cadres and Posyandu members were eliminated. Apart from that, dental treatment is very limited during this pandemic. A society that has diversity in educational and economic levels means there is a gap in information and understanding, especially about maintaining dental health and clean and healthy living behavior (PHBS). Therefore, this community partnership service was carried out to provide an understanding of how to maintain dental health during the pandemic and adopt clean and healthy living habits to prevent contracting and spreading Covid-19. The results of this training and counseling activity turned out to be very useful, especially during the increasing storm of Covid-19 in June-July 2021. Posyandu members increased their awareness of using masks correctly, self-isolating for those who are positive, helping each other for those who are self-isolating, carrying out activities as necessary, and enforcing health protocols. Posyandu members have increased awareness in using masks correctly, self-isolating for those who are positive, helping each other for those who are self-isolating, carrying out activities as necessary, and enforcing health protocols.

Keywords: Posyandu; dental health; clean and healthy living behavior; Covid-19 pandemic.

Pendahuluan

Masa pandemi Covid-19 yang penyebarannya adalah dari aerosol menyebabkan praktik dokter gigi merupakan pelayanan kesehatan yang sangat berbahaya terjadinya penyebaran dan penularan karena langsung berhubungan dengan rongga mulut.² Perlu alat pengaman diri level tiga untuk dokter gigi yang akan melakukan perawatan gigi pasien, tata letak ruangan praktik yang harus diatur tekanannya untuk keamanan dokter dan pasien, dan desinfeksi ruangan yang harus diperhatikan.^{3,4} Hal ini akan mempengaruhi biaya perawatan gigi. Selain itu, tidak semua klinik gigi maupun praktik mandiri dokter gigi yang membuka praktik di masa pandemi ini. Mengingat hal-hal tersebut, pemeliharaan kesehatan gigi secara mandiri di rumah sangat diperlukan untuk mencegah terjadinya kerusakan gigi.⁵

Pembiasaan perilaku sehat juga menjadi hal yang sangat penting dalam masa pandemi Covid-19. Semua masyarakat harus sadar dan bahu-membahu bekerja sama untuk menekan penyebaran penyakit ini dan menjaga supaya tidak tertular dan menjaga kesehatan masing-masing. Pengetahuan dan promosi tentang perilaku bersih dan sehat sangat berperan dalam menimbulkan kebiasaan ini.⁶ Oleh karena itu, penyuluhan, pemahaman, dan promosi kesehatan gigi dan perilaku hidup sehat menjadi program utama pada pengabdian masyarakat ini di lokasi Poyandu Temupoh 4B yang padat penduduknya.

Kepadatan penduduk dan area yang berdekatan ini akan memudahkan terjadinya penularan dan penyebaran penyakit. Di masa pandemi seperti saat ini, dengan kapasitas RS yang ada di Makassar yang sudah banyak penuh dan sibuk untuk merawat pasien Covid-19, maka diperlukan kerja sama berbagai pihak untuk bersama-sama memberikan promosi dan evaluasi tentang kesadaran hidup sehat, membantu masyarakat untuk mandiri dapat melakukan usaha preventif di bidang kesehatan terutama kesehatan gigi, dan pencegahan penularan Covid-19 untuk keluarganya. Banyaknya praktik dan klinik gigi yang membutuhkan biaya operasional tinggi dan tidak semua dokter gigi dan klinik gigi membuka praktik di masa pandemi ini akan mempengaruhi penyelesaian masyarakat dalam menghadapi permasalahan keluhan gigi. Oleh karena itu, pengetahuan, kesadaran, dan kemandirian sangat diperlukan untuk membantu masyarakat sendiri dan meringankan beban pemerintah dalam mengatasi permasalahan kesehatan.

Metode Pelaksanaan

Metode Pelaksanaan yang direncanakan dalam Pengabdian Masyarakat ini adalah sebagai berikut.

1. Pemberian materi dan pelatihan untuk kader.

- Materi yang diberikan adalah tentang PHBS di masa pandemi dan menjaga kesehatan gigi di masa pandemi.
- Menyiapkan buku panduan untuk kader, buku disusun oleh pelaksana Pengabdian Masyarakat.
- Menyiapkan dan memberikan poster tentang PHBS dan kesehatan gigi kepada kader untuk digunakan pada Posyandu.
- Koordinasi dengan koordinator kader.

- Pelaksanaan pemberian materi dan pelatihan disesuaikan dengan situasi dan kondisi setempat serta perkembangan kasus Covid-19, dilakukan secara luring dengan protokol kesehatan sangat ketat, yaitu tracing kontak dan perjalanan kader dan pelaksana pengabdian, cek suhu badan dan indra penciuman, cuci tangan, penggunaan masker standar medis dan tidak dilepas selama pelaksanaan, menggunakan face shield, tidak makan dan minum saat pelaksanaan (konsumsi disediakan untuk dibawa pulang), waktu pelaksanaan tidak lama sekitar 1–2 jam saja.
 - Sebelum pemberian materi ada pretest menggunakan google form atau lembar hard file, demikian pula evaluasi pemahaman dilakukan posttest di akhir pelatihan.
2. Penyuluhan kesehatan gigi di masa pandemi dan Penyuluhan PHBS di masa pandemi untuk ibu-ibu PKK yang juga anggota Posyandu Pao-Pao
 - Penyuluhan dilakukan secara daring, menggunakan grup Whatsapp (WA).
 - Pemateri merekam penyuluhan dan pelatihannya dalam bentuk video singkat. - Pemateri membagikan materi di grup WA.
 - Sesi tanya jawab melalui grup WA yang bisa dijawab dengan tulisan ataupun voice note di WA. - Pemberian bingkisan berupa hand sanitizer, masker medis, dan stiker penyuluhan.
 3. Evaluasi - Dilakukan FGD secara daring antara pelaksana pengabdian dan kader Posyandu Pao-Pao

Hasil dan Pembahasan

Posyandu Pao-Pao yang berlokasi di tengah kota dengan penduduk yang sangat padat rentan terhadap penyebaran Covid-19. Penyuluhan dan pelatihan kepada kader telah dilakukan secara luring dengan protokol kesehatan ketat pada tanggal Maret 2021 bertempat SD Negeri Aroepala. Pertemuan luring menggunakan dua ruang kelas yang dibuka sekatnya. Masing-masing kader duduk satu meja untuk satu orang dan jarak antara meja 1,5 m. Acara dikemas secara padat kurang dari dua jam dan peserta datang tepat waktu. Sebelum acara dimulai, para kader di-tracing mengenai mobilitas masing-masing sebelumnya. Ketika sampai di tempat penyuluhan dan pelatihan, peserta langsung diminta memakai hand sanitizer, menggunakan masker standar medis yang telah disediakan panitia, dan cek suhu badan. Kemudian, dilakukan tes indra penciuman masing-masing peserta dengan membau dua spray ke tangan yang telah disiapkan panitia, spray 1 air putih, spray 2 minyak wangi. Sebanyak 18 peserta pelatihan lolos skrining untuk mengikuti kegiatan luring.

Penyuluhan dilakukan dengan memberi materi protokol kesehatan saat pandemi, seperti cara menggunakan masker yang benar, melepas dan membuang masker, serta cara cuci tangan dengan 6 langkah WHO sekaligus mempraktikkan. Bagaimana apabila akan berbelanja, bila akan berobat, telemedice, cara menjaga kesehatan selama pandemi, dan tentang vaksinasi Covid-19. Sedangkan penyuluhan dan pelatihan tentang kesehatan gigi dan mulut meliputi, cara menjaga kesehatan gigi, deteksi dini penyakit gigi dan mulut terutama gigi berlubang, dan

cara menggosok gigi yang baik dan benar, sekaligus berlatih menggunakan video.

Selama pelatihan disediakan konsumsi, tetapi untuk di bawa pulang. Para peserta tidak diperkenankan makan dan minum pada saat kegiatan berlangsung. Oleh karena itu, acara dikemas sesingkat dan sepadat mungkin. Setelah penyuluhan dan pelatihan, para kader diberi 4 buah poster tentang (1) pencegahan infeksi, (2) 6 langkah cuci tangan, (3) Gigi berlubang, dan (4) karang gigi.

Kegiatan kedua adalah penyuluhan secara daring menggunakan media whatsapp kepada ibu bu merupakan anggota Posyandu Pao-Pao. Pelaksana pengabdian tidak melakukan secara luring karena peserta cukup banyak. Penyuluhan secara daring menggunakan whatsapp (WA) dilakukan dengan membagikan materi yang berupa tulisan dan gambar tentang protokol kesehatan saat pandemi dengan bahasa sederhana dan mudah dipahami juga membagikan video cara menyikat gigi yang baik dan benar. masyarakat sudah sering menggunakan masker apabila ada pertemuan, tetapi belum menggunakan masker standar dan cara memakainya pun belum benar.

Kesempatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat saat pandemi ini menekankan protokol kesehatan, cara mencuci tangan, cara memakai masker yang benar, merencanakan berbelanja kebutuhan sehari-hari, hidup sehat, berolah raga, serta membuang limbah infeksius seperti masker dengan benar. Hal-hal kecil yang belum disadari pentingnya. Pada penyuluhan secara daring ini, peserta diberi kesempatan untuk bertanya melalui whatsapp. Para peserta bertanya tentang isolasi mandiri, vaksinasi, dan banyak berkonsultasi tentang masalah gigi yang dialami. Penyampaian materi kami lakukan satu hari pada Mei 2021, sedangkan pertanyaan dan konsultasi kami buka sampai hampir satu minggu untuk memberi kesempatan para anggota masyarakat bertanya. Tim pengabdian juga membagikan bantuan kepada Posyandu dan anggota Posyandu, berupa thermogun, hand sanitizer pump dan spray, masker medis, poster, serta lemari dan meja untuk posyandu Pao-Pao.

Penyuluhan dan pelatihan tentang perilaku hidup sehat dan bersih ternyata bermanfaat, walau diberikan dua bulan sebelumnya. Peserta masih bisa mengingat-ingat dan menerapkan di saat gelombang pandemi kedua datang. Penyuluhan secara daring mempunyai keunggulan, peserta masih menyimpan materi penyuluhan dan sewaktu-waktu dapat membacanya lagi. Pemahaman akan promosi kesehatan memerlukan waktu untuk pengendapan dan pemahaman sehingga seiring waktu dan perkembangan pandemi membentuk pemahaman yang lebih intensif Selain itu, materi yang diberikan beberapa berupa gambar dan video yang memungkinkan lebih melekatkan ingatan peserta penyuluhan tentang materi yang diberikan.

Simpulan

Perilaku hidup bersih dan sehat serta pemeliharaan kesehatan gigi pada masa pandemi bermanfaat bagi kader dan anggota Posyandu Pao-Pao. Metode penyampaian penyuluhan secara daring maupun luring tetap dapat dipahami dan bermanfaat.

Daftar Pustaka

- Guo, H., Zhou, Y., Liu, X., & Tan, J. (2020). The impact of the COVID-19 epidemic on the utilization of emergency dental services. *Journal of Dental Sciences*, xxxx, 0–3. <https://doi.org/10.1016/j.jds.2020.02.002>
- Meng, L., Hua, F., & Bian, Z. (2020). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Emerging and Future Challenges for Dental and Oral Medicine. *Journal of Dental Research*, 99(5), 481–487. <https://doi.org/10.1177/0022034520914246>
- Peditto, M., Scapellato, S., Marcianò, A., Costa, P., & Oteri, G. (2020). Dentistry during the covid19 epidemic: An italian workflow for the management of dental practice. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph17093325>
- Villani, F. A., Aiuto, R., Paglia, L., & Re, D. (2020). Covid-19 and dentistry: Prevention in dental practice, a literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), 1–12
- Zukmadini, A.Y., Karyadi, B., & Kasrina, K.(2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 Kepada Anak-Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1).
- Susilowati D, 2016, Promosi Kesehatan (Modul Bahan Cetak Keperawatan), Kementerian Kesehatan RI Haryani S, Sahar J, Sukihananto, 2016, Penyuluhan kesehatan melalui media cetak berpengaruh terhadap perawatan hipertensi pada usia dewasa di kota Depok, *Jurnal Keperawatan Indonesia*, vol 19 No. 3, 161-168
- Cristancho SM, Helmich E. Rich pictures: a companion method for qualitative research in medical education. *Med Educ*. 2019 Sep;53(9):916-924. doi: 10.1111/medu.13890. Epub 2019 Apr 30. PMID: 31037744.
- Houts PS, Doak CC, Doak LG, Loscalzo MJ. The role of pictures in improving health communication: a review of research on attention, comprehension, recall, and adherence. *Patient Educ Couns*. 2006 May;61(2):173-90. doi: 10.1016/j.pec.2005.05.004. Epub 2005 Aug 24. Erratum in: *Patient Educ Couns*. 2006 Dec;64(1-3):393-4. PMID: 16122896.
- Drozd, B., Couvillon, E., & Suarez, A. (2018). Medical YouTube Videos and Methods of Evaluation: Literature Review. *JMIR medical education*, 4(1), e3. <https://doi.org/10.2196/mededu.8527>
- Adam, M., McMahon, S. A., Prober, C., & Bärnighausen, T. (2019). Human-Centered Design of Video-Based Health Education: An Iterative, Collaborative, Community-Based Approach. *Journal of medical Internet research*, 21(1), e12128. <https://doi.org/10.2196/12128>