

Penyuluhan Cara Sikat Gigi yang baik dan benar pada siswa kelas 2 di Di SD No 1 Selat Sangeh

Maria Mana Puspita*¹, Ni Putu Mirah Yunita Udayani²

^{1,2}STIKES Bina Usaha Bali

E-mail: mandamaria13@gmail.com¹, mirahnanta@gmail.com²

Abstract

School age is a critical age group because this age group is susceptible to dental health problems. Based on Riskesdas data in 2018, the proportion of dental and oral problems was 57.6% and those who received services from dental medical personnel were 10.2%. The proportion of correct tooth brushing behavior was 2.8%. The easiest and most recommended preventive action is to maintain dental and oral health by brushing your teeth properly, this can prevent infections that cause cavities. The purpose of this service is to provide students with an understanding of the importance of maintaining a healthy lifestyle, especially in oral and dental health, so that children are expected to be able to practice proper and correct tooth brushing. This health education activity uses the delivery of materials, leaflets and demonstrations of proper and correct tooth brushing. The results of this activity show that there is an influence of education on proper and correct tooth brushing at SD No. 1 Selat Sangeh. The output of this activity is in the form of article publications so that it can be accessed by everyone who needs literature in the form of related articles.

Keywords: Counseling, dental and oral health, elementary school

Abstrak

Usia sekolah adalah kelompok usia kritis karena usia pada usia ini rentan terhadap masalah kesehatan gigi. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 mencatat proporsi masalah gigi dan mulut sebesar 57,6% dan yang mendapatkan pelayanan dari tenaga medis gigi sebesar 10,2%. Proporsi perilaku menyikat gigi dengan benar sebesar 2,8%. Tindakan pencegahan yang paling mudah dilakukan dan paling dianjurkan yaitu menjaga kesehatan gigi dan mulut dengan cara menggosok gigi yang baik dan benar, hal ini dapat mencegah terjadinya infeksi penyebab gigi berlubang. Tujuan dari pengabdian ini adalah memberikan pemahaman kepada siswa terkait pentingnya menjaga perilaku hidup sehat terutama pada kesehatan mulut dan gigi, sehingga diharapkan agar anak-anak dapat mempraktekkan cara gosok gigi yang baik dan benar. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini menggunakan penyampaian materi, leaflet dan demonstrasi cara menggosok gigi yang baik dan benar. Hasil kegiatan ini menunjukkan ada pengaruh edukasi cara menggosok gigi yang baik dan benar di SD No 1 Selat Sangeh. Luaran dari kegiatan ini berupa publikasi artikel sehingga dapat diakses oleh semua orang yang memerlukan literatur dalam bentuk artikel terkait.

Kata kunci: Penyuluhan, kesehatan gigi dan mulut, sekolah dasar

1. PENDAHULUAN

Menurut WHO yang dikemukakan dalam sekitar 90% penduduk dunia pernah mengalami penyakit gigi yang seharusnya dapat dicegah. Anak-anak di dunia sebanyak 78% yaitu sekitar 573 juta anak menderita penyakit gigi yang tidak terawat, dan kurangnya akses terhadap fasilitas kesehatan gigi. Menurut data WHO juga menyatakan di Tahun 2022 Indonesia sekitar 46,9% prevalensi karies gigi sulung yang tidak diobati pada usia 1-9 tahun dan 28,8% prevalensi gigi permanen yang tidak dirawat pada penduduk usia 5+ tahun (World Health Organization, 2022). Kesehatan gigi dan mulut merupakan indikator utama kesehatan secara keseluruhan. Kesehatan gigi dan mulut. Gigi sehat berwarna putih tulang, tidak patah, tidak berlubang, memiliki mahkota gigi utuh, tidak sensitif dan tidak terdapat karang gigi. Kesehatan gigi dan mulut sering menjadi terabaikan oleh beberapa masyarakat.

Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 89 Tahun 2015 tentang Upaya Kesehatan Gigi dan Mulut, kesehatan gigi dan mulut adalah keadaan sehat dari jaringan keras dan jaringan lunak gigi serta unsur-unsur yang berhubungan dalam rongga mulut yang memungkinkan individu makan, berbicara dan berinteraksi sosial tanpa disfungsi, gangguan estetik, dan ketidaknyamanan karena adanya penyakit, penyimpangan oklusi dan kehilangan gigi sehingga mampu hidup produktif secara sosial dan ekonomi (Kementrian Kesehatan, 2015).

Pengetahuan kesehatan gigi dan mulut berkaitan dengan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut. Hal ini dapat meliputi tentang pengetahuan terkait pola makan yang baik untuk kesehatan gigi, cara menyikat gigi dan akses atau kunjungan rutin pemeriksaan gigi dan mulut. Perilaku dan keterampilan anak dalam menjaga dan merawat kesehatan gigi dan mulut dipengaruhi oleh pengetahuan dalam kesehatan gigi dan mulut. Kesadaran seseorang dalam merawat dan menjaga gigi sejak dini merupakan salah satu faktor yang paling berpengaruh. Siswa sekolah dasar sangat perlu diberikan bekal ilmu pengetahuan mengenai kesehatan pada gigi dan mulut termasuk bagaimana cara menggosok gigi yang sesuai. Menurut data riskesdas 2018 tentang proporsi masalah gigi di Indonesia terdapat 45,3%, diantaranya di Bali terdapat 41,1% yang mengalami gigi rusak/berlubang/sakit, dan kelompok usia 3-4 tahun yang mengalami gigi rusak, berlubang maupun sakit sebanyak 36,4% dan 81% mengalami karies, kelompok usia 5-9 tahun yang mengalami gigi rusak, berlubang maupun sakit sebanyak 54% dan 92% mengalami karies gigi (Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018). Suatu penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dan kesadaran terhadap perilaku mencegah masalah kesehatan gigi dan mulut (Prayoga et al., 2024).

Penerapan perilaku hidup sehat dengan menjaga kesehatan mulut dan gigi dapat mendukung kelancaran proses belajar para siswa (Kemensos RI, 2020). Hal ini dipraktikkan atas kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya (profil kesehatan indonesia, 2018). Sekolah Dasar No.1 Selat berada di kecamatan Sangeh, Kabupaten Abiansemal. Sebuah lembaga pendidikan dasar negeri ini telah berdiri sejak 1 Januari 1910 dengan kualitas yang diakui adalah akreditasi A. Lembaga ini menjunjung tinggi nilai-nilai pendidikan dengan salah satunya mengedepankan kualitas. Melalui program-program yang dijalankan yaitu mengembangkan potensi diri, peduli terhadap lingkungan sekitar, maka pengabdian ini dapat diterima dengan baik di sekolah ini untuk dapat membantu siswa khususnya kelas dua untuk mendapatkan pemahaman terkait kesehatan gigi dan mulut

Pemahaman seseorang dapat mempengaruhi kesehatan gigi dan mulutnya dimasa depan, terkadang pengetahuan tidak selaras dengan perilaku sehingga harus dilakukan penyuluhan kesehatan, pendidikan kesehatan dari orang tua dan sumber pengetahuan dari media internet tentang pengertian, penyebab, dampak dan cara menjaga kebersihan gigi dan mulut, dan pemberian motivasi serta informasi mengenai dampak yang dapat terjadi ketika tidak merawat kesehatan gigi (Rahmadani et al., 2023). Pemberian pemahaman dan mengenalkan perilaku hidup bersih dan sehat sangat tepat dilakukan pada siswa sekolah dasar karena usia ini sangat peka terhadap stimulus yang diberikan (Sumadewi et al., 2023). Berdasarkan informasi diatas maka tujuan dari pengabdian ini adalah memberikan pemahaman kepada siswa terkait pentingnya menjaga perilaku hidup sehat terutama pada kesehatan mulut dan gigi, sehingga diharapkan agar anak-anak dapat mempraktekkan cara gosok gigi yang baik dan benar.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 14 September 2024 di SD No. 1 Selat Sangeh, Kecamatan Abiansemal. Mitra kegiatan ini adalah siswa sekolah dasar kelas 2 dengan peserta yang hadir 25 siswa

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa penyuluhan kesehatan, sosialisasi melalui power point, leaflet dan demonstrasi menggunakan panthom gigi, simulasi siswa dalam melakukan cara menggosok gigi secara mandiri dengan cara yang baik dan benar serta diakhiri dengan pembagian paket sikat dan pasta gigi untuk anak-anak.

Perwujudan perilaku hidup sehat dengan cara menggosok gigi yang baik dan benar di SD No. 1 Selat, Sangeh maka dilakukan 3 (tiga) tahap kegiatan yaitu pengkajian, perencanaan hingga pergerakan pelaksanaan.

a. Tahap Pengkajian

Pengkajian ini bertujuan untuk menganalisis situasi dan merumuskan permasalahan perilaku yang berkaitan dengan perilaku hidup sehat terutama pada kesehatan gigi dan mulut. Kegiatan ini diawali dengan melakukan pendekatan dengan pihak sekolah untuk mendapatkan informasi pendukung terkait masalah yang ada di lapangan

b. Tahap Perencanaan

Penyusunan rencana kegiatan penyuluhan dilakukan untuk menentukan tujuan dan strategi komunikasi. Berdasarkan masalah perilaku kesehatan tentang kesehatan gigi dan mulut, maka ditetapkan tujuan sebagai berikut:

- 1) Meningkatnya pengetahuan siswa tentang kesehatan gigi dan mulut dan cara menggosok gigi yang baik dan benar
- 2) Meningkatnya kesadaran siswa untuk menerapkan cara menggosok gigi yang baik dan benar dalam kehidupan sehari-hari
- 3) Rendahnya angka kejadian penyakit yang disebabkan oleh rendahnya perilaku menjaga kesehatan gigi dan mulut

c. Tahap Penggerakan Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan bantuan Kepala Sekolah untuk mengumpulkan siswa dan menentukan pelaksanaan penyuluhan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kesehatan gigi dan mulut adalah salah satu aspek krusial pendukung kesehatan tubuh individu, sebab gigi yang sehat berdampak pada kesehatan tubuh. Gigi dan mulut yang mengalami masalah akan berdampak pada kondisi tubuh secara keseluruhan, oleh karena itu masalah kesehatan gigi memerlukan penanganan dan perhatian dari tiap individu. Salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut ialah anak usia sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul “Penyuluhan Cara Sikat Gigi yang baik dan benar pada siswa kelas 2 di Di SD No 1 Selat Sangeh” telah dilaksanakan, dengan diikuti oleh 24 siswa kelas 2 SD. Kegiatan ini berupaya memberikan informasi mengenai pentingnya kesehatan gigi dan mulut dengan cara menggosok gigi yang baik dan benar

Tabel 1. Hasil Pre dan Post Tes Pengetahuan siswa menggosok gigi yang baik dan benar

Tingkat Pengetahuan	Pre Test	%	Post Test	%
Baik	3	12,5	22	91,7
Cukup	10	41,7	2	8,3
Kurang	11	45,8	0	0
Total	24	100	24	100

Pada Tabel 1. Didapatkan data bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan kurang yaitu 11 orang (45,8%), dan 3 orang (12,5%) memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan penyuluhan Kesehatan gigi dan mulut tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar, sebagian besar sebanyak 22 siswa (91,7%) memiliki pengetahuan baik, dan tidak ada siswa yang berpengetahuan kurang



Gambar 1. Melakukan Pre Test Pengetahuan Siswa



Gambar 2. Materi dengan cara ceramah untuk teori Perilaku hidup sehat



Gambar 3. Pelaksanaan Demonstrasi Cara Menggosok Gigi yang Baik dan Benar Menggunakan Phantom



Gambar 4. Pelaksanaan Praktik Menggosok Gigi yang Baik dan Benar



Gambar 5. Pemberian Paket Pasta dan Sikat Gigi

b. Pembahasan

Tingkat pengetahuan siswa sebelum diberikan penyuluhan terkait perilaku hidup bersih dan sehat, sebagian besar siswa memiliki pengetahuan kurang yaitu 11 orang

(45,8%), dan 3 orang (12,5%) memiliki pengetahuan baik. Setelah diberikan penyuluhan Kesehatan gigi dan mulut tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar, sebagian besar sebanyak 22 siswa (91,7%) memiliki pengetahuan baik, dan tidak ada siswa yang berpengetahuan kurang. Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi secara signifikan oleh pemberian pelatihan dan penyuluhan (Ramadia et al., 2021). Kegiatan pengabdian ini berbanding lurus dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasrah dan Sisca yaitu adanya perubahan pemahaman siswa tentang menyikat gigi yang baik dan benar dengan menggunakan penyuluhan dengan metode demonstrasi dan simulasi (Nasrah; Mardelita, 2024). Keberhasilan menggosok gigi juga dipengaruhi oleh penggunaan alat, metode serta cara menggosok gigi yang tepat. Siswa perlu mengetahui waktu terbaik dalam melakukan gosok gigi dan menerapkan apa yang dipelajari dari penyuluhan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan PHBS tentang acara menggosok gigi yang baik dan benar dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa untuk dapat meningkatkan derajat kesehatannya. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah dapat menjadi tempat dalam perwujudan pendidikan kesehatan, dengan pemberian penyuluhan tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar. Diharapkan melalui kegiatan penyuluhan ini siswa dapat menjadi agen promotor PHBS di lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. Serta diharapkan pihak terkait seperti bapak/ibu guru dapat mengingatkan secara aktif siswa-siswinya untuk dapat menerapkan PHBS yaitu menggosok gigi yang baik dan benar. Hal ini dapat diperhatikan dengan seksama agar dapat terhindar dari penyakit-penyakit gigi dan mulut.

Pemahaman anak di Sekolah Dasar No. 1 Selat tentang cara menyikat gigi yang baik dan benar, serta kesadaran dan perilaku untuk tetap menjaga kesehatan gigi dapat mendorong siswa untuk menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat terutama kesehatan mulut dan gigi. Siswa juga menyetujui bahwa menjaga kesehatan gigi dan mulut dapat menjaga diri tetap sehat dan terhindar dari penyakit.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih diberikan kepada Tuhan YME yang telah memberikan kelancaran dan kemudahan dalam kegiatan ini. Kepada kepala sekolah, guru dan peserta didik SD No.1 Selat Sangeh dan kepada Himpunan Mahasiswa STIKES Bina Usada Bali yang telah membantu dan berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan ini

DAFTAR PUSTAKA

- Kemensos RI. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) penguatan kapabilitas anak dan keluarga. *Penguatan Kapabilitas Anak Dan Keluarga Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Atau PHBS Adalah Upaya Untuk Memperkuat Budaya Seseorang, Kelompok maupun Masyarakat Agar Peduli Dan Mengutamakan Kesehatan Untuk Mewujudkan Kehiduparga*, 1–14. <https://kemensos.go.id/uploads/topics/15863905705284.pdf>
- Kementrian Kesehatan, R. I. (2015). *Peraturan Menteri Kesehatan tentang Upaya Kesehatan Gigi dan Mulut Nomer 89* (pp. 1–150).
- Nasrah; Mardelita, S. (2024). *Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Metode Demonstrasi dan Simulasi terhadap Keterampilan Menyikat Gigi pada Siswa Sekolah Dasar. 1*(3), 73–79.
- Prayoga, A., Sumiatin, T., & Wahyurianto, Y. (2024). *Pengetahuan Tentang Kesehatan Gigi Dan Mulut Siswa DI SDN Sumurgung II. 4*, 8649–8658.
- profil kesehatan indonesia. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2018* (Vol. 1227, Issue July). <https://doi.org/10.1002/qj>
- Rahmadani, N., Sinta Udin, P., Mu, N., Ar, A., & Wijaya, A. (2023). *Efforts To Improve Dental*

Health Promotion on Dental and Oral Health Disorders At Sdn Mamajang 1 Makassar City.

- Ramadia, A., Redho, A., & Nofa, F. S. (2021). Pelatihan Bantuan Hidup Dasar terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Anggota PMR. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 584–590. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2972>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156). [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf)
- Sumadewi, K. T., Harkitasari, S., Evayanti, L. G., Ayu, D., Alit, A., Astini, S., Putu, N., & Witari, D. (2023). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebagai Upaya Pencegahan Stunting di SDN 2 Kerta , Kabupaten Gianyar Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. 2(2). <https://www.ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/wmmj/article/view/6817/4492>
- World Health Organization. (2022). *Oral Health Country Profile. WHO Library Cataloguing-in-Publication Data. 2019, 2019–2020*. <https://www.who.int/publications/m/item/oral-health-idn-2022-country-profile>