



Penyuluhan Sikat Gigi yang Baik dan Benar Di SDN 1 Sirnajaya

¹Alifia Aprisa Nurhasanah*, ²Kurnia Sandy

¹Prodi Pendidikan Pariwisata, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

²Prodi Pendidikan Teknik Bangunan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

*Correspondence: E-mail: alifiaaprisa@upi.edu

ABSTRACT

Dental and oral health is closely related to bodily health. One of the important things in life, health indirectly plays an important role in improving a healthy and good life. Health also plays an important role in efforts to achieve good oral and dental health, awareness is needed to adopt a healthy lifestyle by diligently brushing your teeth appropriately and correctly. In order to increase the progress of a region, the Indonesian Education University's Real Work Lecture program carries out a good and correct toothbrush education work program which is carried out at SDN 1 Sirnajaya, Sirnajaya Village, Garut, West Java. The aim of implementing this work program is to build early awareness of children aged 7-8 years at SDN 1 Sirnajaya, in maintaining healthy teeth and mouth. The method used is in the form of counseling with teaching aids and practicing toothbrushing together correctly, as well as supervision so that children can understand and get used to brushing their teeth properly. The successful implementation of this activity is marked by the children's ability to brush their teeth independently in the correct way and increased knowledge about the importance of maintaining healthy teeth and mouth from an early age, so that tooth decay can be prevented.

ABSTRAK

Kesehatan gigi dan mulut berkaitan erat dengan kesehatan tubuh. Salah satu hal yang penting dalam kehidupan, secara tidak langsung kesehatan berperan penting untuk meningkatkan hidup sehat dan baik. Kesehatan berperan penting juga dalam usaha mendapatkan kesehatan gigi dan

ARTICLE INFO

Article History:

Submitted/Received 27 Apr 2023

First Revised 05 May 2023

Accepted 27 Jul 2023

First Available online 28 Jul 2023

Publication Date 01 Sep 2023

Keywords:

Education, Dental Health,
Elementary School

Kata Kunci:

Edukasi, Kesehatan Gigi, Sekolah
Dasar

mulut yang baik, dibutuhkan kesadaran untuk menerapkan pola hidup sehat dengan rajin menyikat gigi secara tepat dan benar. Dalam meningkatkan kemajuan suatu wilayah maka dalam program Kuliah Kerja Nyata Universitas Pendidikan Indonesia ini melaksanakan program kerja penyuluhan sikat gigi yang baik dan benar yang dilaksanakan pada SDN 1 Sirnajaya, Desa Sirnajaya, Garut, Jawa Barat. Tujuan pelaksanaan program kerja ini adalah untuk membangun kesadaran dini anak-anak usia 7-8 tahun di SDN 1 Sirnajaya, dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Metode yang digunakan berupa penyuluhan dengan alat peraga dan praktik sikat gigi bersama dengan benar, serta dilakukan pengawasan agar anak-anak dapat memahami dan membiasakan diri untuk menyikat gigi dengan benar. Keberhasilan pelaksanaan kegiatan ini ditandai dengan kemampuan anak-anak untuk menyikat gigi secara mandiri dengan cara yang benar dan bertambahnya pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak usia dini, sehingga kerusakan gigi dapat dicegah.

Copyright © 2023 Universitas Pendidikan Indonesia

1. PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan gigi dan mulut juga merupakan sasaran pembangunan kesehatan yang perlu diperhatikan di dalam masyarakat terutama pada anak-anak, karena Gigi dan mulut merupakan organ penting yang perlu dijaga ataupun dirawat dengan baik, jika tidak dijaga dengan baik maka akan berakibat masalah pada organ tersebut. Menggosok gigi adalah tindakan yang perlu diajarkan kepada anak-anak sehingga dapat menjadi suatu kebiasaan yang baik dan sehat. Menggosok gigi merupakan cara yang paling mudah dan efektif untuk menjaga kebersihan gigi dan gusi dari plak dan sisa makanan. Kesehatan gigi dan mulut perlu diperhatikan sejak dini agar terhindar dari masalah yang menyebabkan gangguan atau ketidaknyamanan pada gigi dan mulut. Perawatan gigi yang baik akan maksimal jika disertai dengan cara melakukan cara sikat gigi yang benar. Cara melakukan sikat gigi yang benar akan memaksimalkan kebersihan area gigi dan menghindari masalah yang muncul pada gigi dan mulut. Banyak permasalahan yang akan timbul seperti gigi berlubang, gusi berdarah, gusi bengkak dan sebagainya. Tujuan dari kuliah kerja nyata ini adalah untuk memberikan edukasi pentingnya menjaga kesehatan mulut dan gigi dengan cara melakukan sikat gigi yang benar pada anak. Kesehatan gigi pada anak usia dini merupakan salah satu tumbuh kembang anak yang perlu diperhatikan.

Dengan adanya program KKN Mahasiswa UPI yaitu penyuluhan sikat gigi yang baik dan benar ini memberikan ilmu tentang manfaat nya sikat gigi 2 kali sehari dan bagaimana cara menyikat gigi yang baik dan benar. Kesehatan gigi anak masih menjadi tanggungjawab dan perhatian orang tua, artinya anak masih bergantung kepada orang tua dalam menjaga dan merawat kesehatan giginya. Perilaku anak dalam menjaga kesehatan gigi biasanya ditunjukkan dengan cara menyikat gigi secara teratur. Namun terkadang hal tersebut tidak berbanding lurus dengan pola makan yang dijalani oleh anak. Anak-anak masih sangat menggemari makanan dan minuman yang mengandung banyak gula. Kebiasaan anak yang mengkonsumsi makanan dan minuman yang banyak mengandung gula belum diimbangi dengan perawatan gigi yang baik dan benar. Karies gigi telah dianggap sebagai komponen penting dari beban penyakit mulut global.

Perilaku menggosok gigi pada anak harus dilakukan dalam kehidupan sehari-hari tanpa ada perasaan terpaksa. Kemampuan menggosok gigi secara baik dan benar merupakan faktor yang cukup penting untuk perawatan kesehatan gigi dan mulut. Menggosok gigi dengan menggunakan pasta gigi dengan cara yang benar dapat mencegah timbulnya plak dan menghambat pertumbuhan mikroorganisme yang dapat mengganggu kesehatan gigi dan mulut (Sukanto,2012:29). Menjaga kebersihan gigi dan mulut sangatlah penting, karena kebersihan keduanya saling berkaitan. Gigi berlubang menjadi tempat berkumpulnya sisa makanan yang membusuk dan timbulnya bakteri serta gas indol skatol sehingga menyebabkan bau mulut tak sedap (Sariningsih,2014).

Pengetahuan orang tua terhadap kesehatan gigi anak mempengaruhi sikap dan tindakan orang tua dalam menjaga kesehatan gigi anak serta menentukan status kesehatan gigi anak. Sebagai orang tua perlu mengajarkan kepada anak bagaimana cara menggosok gigi yang baik dan benar, kapan waktu yang tepat untuk menggosok gigi, dan rutin membawa anak untuk memeriksa status kesehatan giginya. Pengaruh tingkat keluarga ini dimediasi terutama melalui orang tua dan pengasuh dengan siapa anak-anak prasekolah menghabiskan sebagian besar waktu. Rendahnya pemanfaatan pelayanan kesehatan gigi bagi anak usia sekolah disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Menurut konsep Pedodontic Treatment Triangle, pemanfaatan pelayanan kesehatan gigi anak ditentukan oleh interaksi dari tiga komponen yaitu anak sebagai penerima layanan, petugas kesehatan sebagai motivator dan

penyedia layanan serta orang tua sebagai motivator dan pengambil keputusan dalam perawatan gigi anak. Dengan itu Orang tua sangat berpengaruh dalam pembentukan perilaku anak.

Upaya mendapatkan kesehatan gigi dan mulut yang baik harus didukung dengan pola hidup sehat dan bersih. Menghindari makanan manis serta sikat gigi dua kali sehari dapat membantu menjaga kesehatan gigi dan mulut. Kesadaran dini sangat menentukan keberhasilan dalam mempertahankan kesehatan gigi dan mulut. Kesadaran dini dapat dimulai pada anak prasekolah, yaitu anak yang berusia antara 4-6 tahun. Pada usia ini, anak lebih aktif, kreatif dan imajinatif (Nurhawati, dkk., 2017) Secara umum, anak dapat menggosok gigi tanpa pengawasan orang tuanya mulai umur 9 tahun, akan tetapi sampai umur 14 tahun sebaiknya orang tua selalu memeriksa apakah anak dapat menggosok gigi dengan baik dan benar. Kegiatan menjaga kebersihan dan kesehatan gigi, dianjurkan untuk rutin menyikat gigi setidaknya tiga kali dalam sehari. Namun banyak anak-anak yang keliru melakukan aktivitas ini yaitu menggosok gigi bersamaan dengan aktivitas mandi.

Oleh sebab itu program KKN Mahasiswa UPI merancang materi penyuluhan yang bersifat mendidik dan membantu mengatasi masalah kesehatan yang sering terjadi pada anak-anak Sekolah Dasar diberikan Penyuluh tentang cara menggosok gigi dengan baik dan benar untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak-anak sekolah dasar SDN 1 Sirnajaya

2. METODE

Pada kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk KKN Desa Sirnajaya, melakukan program penyuluhan menggunakan alat peraga untuk menarik minat anak serta melakukan sikat gigi bersama dengan cara yang benar. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta perilaku anak-anak mengenai informasi seputar Kesehatan gigi dan mulut. Pelaksanaan dimulai dengan games tanya jawab pengetahuan anak-anak tentang cara menyikat gigi yang baik dan benar. Waktu pelaksanaan pada tanggal 4 Agustus 2023, di SDN 1 Sirnajaya.

Sasaran program ini adalah anak-anak kelas 2 SDN 1 Sirnajaya yang berusia 7-8 tahun. Di usia tersebut anak-anak perlu pengawasan dalam menjaga kebersihan gigi. Alat yang digunakan pada saat pelaksanaan pengabdian ini adalah alat peraga phantom gigi, sikat gigi, pasta gigi. Biasanya anak telah mampu menggosok gigi secara mandiri tanpa pengawasan orang tuanya mulai usia 9 tahun, akan tetapi orang tua dapat mengetahui berperan dalam memantau perkembangan cara menggosok gigi anak dengan memeriksa kegiatan anak saat menggosok gigi (Kemenkes, 2012).

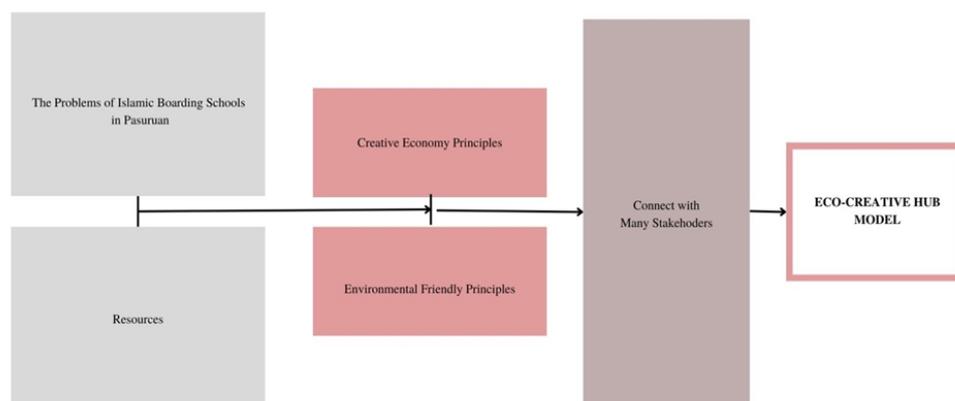


Figure 1. The methods to create eco-creative hub model.

3. PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan Penyuluhan sikat gigi dilaksanakan pada 09 Agustus 2023. Kegiatan Penyuluhan Sikat Gigi dimulai pada pukul 08.00 - 10.00 WIB dengan tahapan berupa presentasi materi dan pelaksanaan kegiatan penyuluhan sikat gigi. Pemaparan materi disampaikan oleh Shafira dan Salma dan diikuti dengan peragaan praktik kegiatan sikat gigi oleh seluruh anggota kelompok kami.

4. HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan pengabdian Kepada Masyarakat ini merupakan acara Kuliah Kerja Nyata (KKN), Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Salah satu tujuan diadakannya kegiatan KKN adalah sebagai bentuk untuk meningkatkan kepedulian, keterlibatan, keterampilan dan kemampuan mahasiswa dalam memahami masalah-masalah yang terdapat dalam masyarakat dan merumuskan solusinya bersama masyarakat. KKN UPI 2023 dengan tema "Membangun Eksistensi Desa Berbasis SDG's " .

Program Kuliah Kerja Nyata mengenai "Penyuluhan Sikat Gigi Yang Baik Dan Benar SDN 1 Sirnajaya" sudah dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 09 Agustus 2023 di SDN 1 Sirnajaya. Sasaran dari program pelaksanaan Penyuluhan Sikat Gigi ini yaitu siswa-siswi kelas 2 SDN 1 Sirnajaya. Siswa-siswi yang hadir dalam pelaksanaan kegiatan Penyuluhan Sikat Gigi yang Baik dan Benar berjumlah 44 orang. Kegiatan ini dimulai pada pukul 08.00 – 10.00 WIB. Persiapan kegiatan disiapkan oleh mahasiswa pada pukul 07.30 – 08.00 WIB. Kemudian penyampaian materi dan pelaksanaan kegiatan dimulai pada pukul 08.00 – 10.00 WIB.



Gambar 1. Penyampaian Materi Penyuluhan Sikat Gigi melalui Alat Peraga

Setelah memaparkan materi mengenai sikat gigi dengan baik dan benar, selanjutnya kami menampilkan pematerian sikat gigi dengan menarik yaitu dengan menyanyikan lagu tepuk sikat gigi disertai dengan gerakan 4 langkah sikat gigi dengan baik dan benar. Berikut nyanyian lagu tepuk sikat gigi beserta peragaan 4 langkah sikat gigi dengan baik dan benar:

4 Langkah Sikat gigi
Ambil Sikat Beri Odol.....
Gosok Gosok... Gosok Gosok...
Kumur Kumur.... Kumur Kumur....
Bersihhhh.....

Pada penyuluhan sikat gigi tersebut terdapat beberapa kegiatan yang terdiri dari:

1) Pematerian mengenai pentingnya sikat gigi

Pada pematerian ini Mahasiswa KKN memberikan pengetahuan mengenai alat yang diperlukan, manfaat dan cara sikat gigi yang baik dan benar.

2) Pemberian sikat dan pasta gigi

Kegiatan selanjutnya adalah pemberian sikat serta pasta gigi dari Mahasiswa KKN kepada siswa-siswi kelas 2 SDN 1 Sirnajaya

3) Praktik cara sikat gigi yang baik dan benar

Pada kegiatan ini siswa-siswi kelas 2 SDN Sirnajaya melakukan praktik sikat gigi di lapangan sekolah bersama Mahasiswa KKN. Dimulai dengan merapihkan barisan sehingga membentuk lingkaran, lalu Mahasiswa memimpin cara sikat yang baik dari awal hingga selesai dan diikuti oleh siswa siswi kelas 2.

Upaya mendapatkan hasil penyikatan gigi yang baik, harus memperhatikan beberapa hal, yaitu teknik penyikatan gigi harus dapat membersihkan semua permukaan gigi dan gingiva (gusi) secara efisien terutama pada daerah yang sulit dibersihkan seperti: daerah saku gingiva dan daerah interdental. Selain itu, pergerakan sikat gigi tidak boleh menyebabkan kerusakan jaringan gingiva atau abrasi pada gigi dan teknik penyikatan haruslah sederhana, tepat, dan efisien waktu (Ilyas, 2012).

Cara menyikat gigi dilakukan secara bertahap untuk setiap sisi permukaan gigi. Anak-anak diminta langsung untuk mengikuti setiap tahap yang dicontohkan. Dalam melakukan sikat gigi, setiap gerakan yang dilakukan harus mampu membersihkan sisa makanan serta plak yang melekat pada permukaan gigi. Gerakan sikat gigi yang dilakukan tidak boleh terlalu keras karena dapat menimbulkan trauma (Baruah, dkk., 2017).



Gambar 2. Praktik Sikat Gigi yang Baik dan Benar

Pengawasan langsung dalam praktek sikat gigi sangat mendukung keberhasilan penyuluhan sikat gigi. Dengan cara ini, anak-anak dapat memahami dan mempelajari langsung cara menyikat gigi yang benar. Mahasiswa KKN UPI juga berusaha dengan maksimal agar anak-anak dapat memahami cara menyikat gigi yang benar. Mahasiswa juga melakukan pengulangan praktek hingga peserta dirasa sudah mampu melakukan penyikatan gigi dengan benar

5. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan sikat gigi yang baik dan benar dilakukan pada 44 anak kelas 2 di SDN 1 Sirnajaya dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran dini dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut, serta terbukti efektif dalam mengajarkan cara menyikat gigi yang benar. Hal ini terlihat dengan adanya perbedaan cara menyikat gigi pada saat sebelum dan setelah diberikan penyuluhan.

Pemilihan metode penyampaian materi penyuluhan dengan cara yang menarik dan disesuaikan dengan usia anak dapat dimanfaatkan untuk menumbuhkan kebiasaan menyikat gigi yang baik yaitu di pagi dan malam hari.

Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut juga sebaiknya dilakukan pada orang tua atau usia dewasa. Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut juga dapat dilakukan pada guru-guru di sekolah. Peran lingkungan sekitar, termasuk peran orang tua dalam lingkungan keluarga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi sikap keluarga terhadap suatu perilaku, sehingga angka kesehatan gigi dan mulut di Indonesia dapat menjadi lebih baik.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Melalui kesempatan yang baik ini, tak lupa kami segenap Tim KKN UPI Desa Sirnajaya 2023 banyak mengucapkan terima kasih yang tak terhingga atas doa, dukungan, arahan, bimbingan, serta motivasi yang telah diberikan kepada:

- 1) Bapak Prof. Dr. H. M. Solehuddin, selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia beserta jajarannya yang telah memberikan kesempatan untuk pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN).
- 2) Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM), Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan segala kemampuan dan upaya sehingga pelaksanaan KKN dapat berjalan dengan lancar.
- 3) Bapak Ramdhani, S.Pd, M.Eng, selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah membimbing dan mendukung kami selama KKN berlangsung.
- 4) Bapak H.Muslim selaku Kepala Desa Sirnajaya yang telah mengizinkan tempat untuk kami melaksanakan kegiatan dan mendukung selama kegiatan KKN.
- 5) Teman-teman seperjuangan anggota KKN UPI khususnya kelompok Desa Sirnajaya, semoga kebersamaan dan kekompakan kita selalu terjaga selamanya.
- 6) Dan seluruh pihak yang tidak dapat kami sebutkan yang telah mendukung dan membantu pelaksanaan KKN ini.

7. DAFTAR PUSTAKA

Avoanita Yosa dan Erni Gultom. 2016. Analisis Pengaruh Penggunaan Media Komunikasi Dalam Penyuluhan Kesehatan Gigi Terhadap Derajat Kebersihan Gigi Dan Mulut Pada Siswa SDN Way Harong Kecamatan Way Lima. Jurnal Analis Kesehatan Polteknik Kesehatan Tanjung Karang. Vol.5 Nomor 2.

Bambang Triatmodjo. "Hidraulika 1." Yogyakarta: Beta Offset, (1995)..

Chow VT. "Applied Hydrology." Singapore: McGraw Hill Book Company, (1998).

Endryani, S., Muthia, S. M., Ivansri, M, P. (2021). Edukasi Menggosok Gigi Yang Baik dan Benar Pada anak Sekolah dasar. <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jpmik/article/view/5538>

- Kementrian Kesehatan RI. Pedoman Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS). Jakarta: Kementrian Kesehatan RI; 2012.
- Sari, D. R., Ramdan, I. M., & Hidayat, F. R. (2015). Perbandingan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Cara Menyikat Gigi Antara Metode Simulasi dan Menonton Video terhadap Keterampilan Menyikat Gigi pada Murid TK B di TK It As-Salam Kecamatan Palaran, Kota Samarinda.
- Sariningsih Endang, (2012). Merawat Gigi anak Sejak Usia Dini. Jakarta: Gramedia.