

Original Research Paper

Sosialisasi Cara Merawat dan Menyikat Gigi Dengan Benar pada Anak Usia Sekolah di Desa Ungga, Kecamatan Praya Barat Daya, Kabupaten Lombok Tengah

Baiq Ihda Nanda Safriyana¹, Dina Marlina Oktavia², Alvia Nurani²

¹Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Mataram, Indonesia;

²Program Studi Kimia, Fakultas MIPA, Universitas Mataram, Indonesia;

³Program Studi Peternakan, Fakultas Peternakan, Universitas Mataram, Indonesia;

<https://doi.org/10.29303/jpmipi.v5i3.2122>

Sitasi: Safriyana, B. I. N., Oktavia, D. M & Nurani, A (2022). Sosialisasi Cara Merawat dan Menyikat Gigi Dengan Benar pada Anak Usia Sekolah di Desa Ungga, Kecamatan Praya Barat Daya, Kabupaten Lombok Tengah. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(3)

Article history

Received: 01 Juni 2022

Revised: 31 Agustus 2022

Accepted: 02 September 2022

*Corresponding Author: Baiq Ihda Nanda Safriyana, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

Email:

nandasafriana@gmail.com

Abstract: Health maintenance, especially dental and oral health, is an effort to improve health. One of the dental health problems that are very often experienced by the community, especially at the age of children, is dental caries. Awareness of the importance of maintaining dental health from an early age will determine success in maintaining dental and oral health. Early awareness can begin at the age of children. Children aged 6-12 years or school-age children still do not know and understand in maintaining dental and oral hygiene, more intensive care is needed because at that age there is a change of teeth and the growth of new teeth. The purpose of this community service is to increase the understanding of school-age children in maintaining oral and dental hygiene and be able to practice how to brush their teeth properly. The research method is carried out by direct socialization or material exposure. The results obtained indicate that toothbrush socialization can improve understanding in brushing teeth properly in children.

Keywords: Caries, Brushing teeth, Dental health

Pendahuluan

Kesehatan merupakan investasi dalam menunjang kualitas hidup yang lebih baik, termasuk peningkatan pemeliharaan di bidang kesehatan gigi dan mulut. Pemeliharaan kesehatan terutama kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu upaya untuk meningkatkan kesehatan. Salah satu gangguan kesehatan gigi yang sangat sering dialami masyarakat terutama pada usia anak-anak yaitu karies gigi. Karies gigi atau gigi berlubang merupakan suatu penyakit jaringan keras gigi yang ditandai dengan demineralisasi jaringan keras gigi yang diikuti oleh kerusakan bahan organiknya, sehingga mengakibatkan terjadinya invasi bakteri

dan penyebaran infeksi ke jaringan di sekitar akar gigi yang menyebabkan nyeri (Kidd dan Bechal, 1992).

Tingginya angka karies gigi disebabkan karena sebagian besar masyarakat belum mengetahui bahwa sisa-sisa makanan yang tidak dibersihkan dapat menyebabkan terjadinya karies. Saat ini masih kurangnya kesadaran masyarakat akan pentingnya menyikat gigi dan mengurangi makan makanan manis terutama pada anak-anak. Prevalensi karies akan rendah apabila masyarakat mengetahui cara memelihara kesehatan gigi dan mulut serta menghindari kebiasaan yang dapat mengakibatkan terjadinya karies gigi. Dengan rajin memelihara kebersihan gigi dan mulut maka

peluang terjadinya karies dapat berkurang (Agung dkk, 2017).

Upaya yang dapat dilakukan untuk memperoleh kesehatan gigi yang baik didukung dengan pola hidup sehat dan bersih. Selain itu dilakukan dengan menghindari makanan manis serta menyikat gigi dua kali sehari. Kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan gigi sejak dini sangat menentukan keberhasilan dalam mempertahankan kesehatan gigi dan mulut. Kesadaran dini dapat dimulai pada usia anak-anak. Kebiasaan menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak usia dini (usia anak) dapat mendukung keberhasilan dalam mendapatkan kesehatan gigi yang baik hingga usia dewasa (Pratiwi dkk, 2020).

Hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 menunjukkan 57,6% penduduk Indonesia mengalami masalah gigi dan mulut (RISKESDAS, 2018). Anak usia 6-12 tahun atau anak usia sekolah masih kurang mengetahui dan mengerti dalam memelihara kebersihan gigi dan mulut, terbukti menurut data Pengurus Besar Persatuan Dokter Gigi Indonesia menyebutkan bahwa setidaknya terdapat 89% penderita gigi berlubang adalah anak-anak usia di bawah 12 tahun (Sariningsih, 2012). Pada usia 6-12 tahun diperlukan perawatan lebih intensif karena pada usia tersebut terjadi pergantian gigi dan tumbuhnya gigi baru. Oleh karena itu, sangat perlu untuk mulai melakukan tindakan pencegahan gigi berlubang sejak dini.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dilakukan pengabdian masyarakat pada anak-anak usia sekolah di Desa Ungga, Kecamatan Praya Barat Daya, Kabupaten Lombok Tengah khususnya di MI Miftahul Qulub Ungga agar mendapat pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih khususnya perawatan dan cara menyikat gigi yang benar. Setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan siswa-siswi MI Miftahul Qulub termotivasi untuk menyikat gigi dengan benar dan lebih menjaga kebersihan gigi dan mulut dengan baik.

Metode

Sosialisasi mengenai cara menyikat gigi dengan benar dan penerapan pola hidup bersih dilakukan pada hari sabtu 22 Januari 2022 di MI Miftahul Qulub Ungga. Sasaran kegiatan yaitu siswa-siswi kelas 1 sampai kelas 6 MI Miftahul Qulub Ungga. Sebelum sosialisasi, peserta

melakukan *pre-test* secara lisan dengan menyebutkan apa yang peserta ketahui mengenai cara merawat dan menyikat gigi. Kemudian dilakukan sosialisasi atau pemberian materi mengenai cara merawat gigi, mendemonstrasikan cara menyikat gigi yang benar, dan praktik cara menyikat gigi dengan benar. Dalam kegiatan praktik, tim pengabdian masyarakat memfasilitasi sarana untuk menyikat gigi dengan memberikan seperangkat alat sikat gigi pada peserta. Kegiatan diakhiri dengan tanya jawab dan dilakukan *post-test* secara lisan.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada hari Sabtu, 22 Januari 2022 bertempat di MI Miftahul Qulub Ungga. Kegiatan dihadiri oleh seluruh siswa-siswi dan pengajar di MI Miftahul Qulub Ungga. Kegiatan sosialisasi diawali dengan pembukaan, sambutan, dilanjutkan dengan pengenalan pemateri, dan kemudian penyampaian materi. Sebelum dilakukannya kegiatan sosialisasi, peserta melakukan *pre-test* secara lisan dengan menyebutkan apa saja yang peserta ketahui mengenai cara merawat dan menyikat gigi.

Sosialisasi dilakukan dengan pemaparan materi mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi serta cara merawat gigi. Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut yang dilakukan menggunakan metode penjelasan dengan bahasa yang mudah dipahami oleh anak-anak. Dalam pemaparan materi dijelaskan mengenai cara merawat gigi diantaranya dengan rajin menyikat gigi dua kali sehari terutama pada pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur, dan menyikat gigi dengan gerakan yang benar. Selain itu dengan membatasi konsumsi makanan atau minuman dengan kandungan gula dan asam yang tinggi, serta memeriksakan gigi secara rutin ke dokter setiap 6 bulan sekali.

Kegiatan dilanjutkan dengan mendemonstrasikan cara menyikat gigi dengan benar menggunakan media alat peraga atau model gigi, dimana dengan menggunakan alat peraga ini diharapkan anak-anak sebagai sasaran sosialisasi dapat lebih mudah memahami cara menyikat gigi dengan benar (Hardiyanti 2016). Demonstrasi dilakukan dengan mempraktikkan cara menyikat gigi dengan baik dan benar mulai dari penggunaan pasta gigi untuk anak, hingga gerakan-gerakan

dalam menyikat gigi dengan benar sembari dijelaskan secara lisan. Langkah menyikat gigi dengan benar yaitu : 1) Menggenggam sikat gigi dengan menempatkan sudut kepala sikat agak miring. 2) menyikat gigi dimulai dari gigi depan atau gigi geraham di salah satu sisi mulut dengan gerakan melingkar dari atas ke bawah selama 20 detik untuk setiap bagian. 3) Menyikat gigi yang biasa dipakai untuk mengunyah, yaitu bagian gigi yang dekat dengan pipi dan lidah, dengan gerakan maju mundur secara perlahan, setelah bagian atas dalam tersikat, kemudian sikat bagian bawah, pastikan semua permukaan gigi sudah disikat, sehingga sisa makanan yang menempel bisa hilang. 4) Untuk membersihkan permukaan dalam barisan gigi depan, gunakan ujung kepala sikat gigi dan sikat dengan gerakan ke atas dan bawah, dari tepi gusi sampai atas gigi. 5) Mengarahkan sikat gigi agak tegak untuk membersihkan gigi depan bagian bawah, sikat ke atas dan ke bawah pelan-pelan, diulang sebanyak 2-3 kali. 6) Mulut dan sikat gigi dibilas dengan air sampai bersih.

Selanjutnya dilakukan praktik sikat gigi pada beberapa anak-anak yang dipilih oleh tim untuk melihat pemahaman mereka dalam mempraktikkan cara menyikat gigi dengan benar setelah dilakukan demonstrasi. Peserta difasilitasi dengan seperangkat sikat gigi beserta pasta gigi masing-masing. Setiap langkah dipraktikkan oleh masing-masing peserta. Praktik menyikat gigi dilakukan dengan pengawasan langsung. Pengawasan langsung sangat mendukung keberhasilan pelaksanaan karena anak-anak dapat memahami langsung cara menyikat gigi yang benar. Menyikat gigi dilakukan bertahap untuk setiap bagian gigi. Peserta diminta langsung untuk mengikuti setiap tahap yang dicontohkan.



Gambar 1 Praktik Sikat Gigi

Kegiatan selanjutnya dilakukan tanya jawab mengenai materi yang telah diberikan dan tata cara menyikat gigi dengan benar. Tanya jawab dilakukan sebagai evaluasi terhadap pemahaman materi sosialisasi yang telah diberikan. Hasil yang diperoleh menunjukkan peningkatan pemahaman anak-anak mengenai cara merawat gigi dan cara menyikat gigi dengan benar dilihat dari banyaknya peserta yang mampu menjawab pertanyaan yang diberikan. Hal ini menunjukkan keberhasilan penyampaian materi terutama dalam usaha meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan gigi dan mulut. Dalam kegiatan ini, tim menyediakan hadiah untuk peserta yang dapat menjawab pertanyaan. Kegiatan ditutup dengan pemberian hadiah kepada anak-anak yang dapat menjawab pertanyaan dan telah mempraktikkan cara menyikat gigi dengan benar, serta dilakukan foto bersama dengan peserta.



Gambar 2 Foto Bersama

Kesimpulan

Berdasarkan pengabdian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa program sosialisasi cara merawat dan menyikat gigi dengan benar dapat meningkatkan pemahaman dalam menyikat gigi yang benar pada anak-anak dan efektif dalam mengajarkan cara menyikat gigi yang benar pada anak-anak. Kegiatan tersebut juga dapat menjadi upaya dalam mengurangi angka kejadian penyakit gigi dan mulut khususnya karies pada anak-anak.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Desa Ungga, masyarakat, serta khususnya para pengajar dan staff di MI Miftahul Qulub Ungga yang telah mendukung kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Agung, I.G.A.A., dkk 2017. *Gizi, Kesehatan Gigi dan Mulut Anak Usia Sekolah*. UNMAS Press : Denpasar.
- Hardiyanti, F. P. 2016. Peningkatan kemampuan menggosok gigi melalui media boneka gigi pada anak tunagrahita kategori sedang kelas iv di slbc rindang kasih secang. *Widia ortodidaktika*, 5(8), 815-826.
- Kidd, E.A.M. & Bechal, .J. 1992. *Daar-Dasar Karies : Penyakit dan Penanggulangannya*. EGC : Jakarta.
- Pratiwi, D., dkk. 2020. Penyuluhan Peningkatan Kesadaran Dini Dalam Menjaga Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Masyarakat Tegal Alur, Jakarta. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, Vol. 2, No. 2, hal. 120-128.
- Departemen Kesehatan. 2018. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Indonesia. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta
- Sariningsih, E. (2012). *Merawat Gigi Anak Sejak Usia Dini*. Gramedia : Jakarta.