

Edukasi Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut Parak Karakah Padang Tahun 2024

Yolanda Syahdia^{*1}, Anne Rufaridah², Samsi Narti³, Lailatul Husni⁴, Rina⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Kebidanan, Stikes Ranah Minang Padang

e-mail: yolandasyahdia18@gmail.com

Received:
13.05.2024

Revised:
21.06.2024

Accepted:
09.07.2024

Available online:
24.07.2024

Abstract: *One of the efforts to prevent dental and oral health problems in school-age children is by implementing oral care measures such as brushing teeth properly. There were 43 school-age children participating in educational activities. The media used were leaflets, infocus, laptop and powerpoint. The results of community service, 70% of respondents can answer questions about oral health in school-age children and model the correct way to brush their teeth. In addition, participants also participated to ask questions on the material. Considering the various problems related to oral health in school-age children, it is important to provide oral health education so that they can receive correct and accurate knowledge information about oral health and can prevent oral damage and education about oral health in the Kubu Dalam Parak Karakah village.*

Keywords: *Education; Prevention; Oral and Dental Health; school-age children*

Abstrak: Salah satu upaya pencegahan masalah kesehatan gigi dan mulut anak usia sekolah yaitu menerapkan tindakan perawatan gigi dan mulut dengan cara menggosok gigi yang baik dan benar. Terdapat anak usia sekolah mengikuti aktivitas edukasi sebanyak 43 orang. Media yang digunakan leaflet, infokus, laptop serta powerpoint. Hasil pengabdian di masyarakat, terdapat 70% responden dapat menjawab pertanyaan tentang kesehatan gigi dan mulut dan dapat mengulang kembali cara menggosok gigi yang benar. Selain itu peserta juga berpartisipasi untuk menjawab pertanyaan terkait materi. maka penting untuk dilakukan pendidikan kesehatan gigi dan mulut bagi anak usia sekolah melalui pemberian edukasi kesehatan gigi dan mulut sehingga bisa menerima informasi pengetahuan yang benar serta akurat mengenai kesehatan gigi dan mulut di kelurahan Kubu Dalam Parak Karakah.

Kata kunci: Edukasi; pencegahan; Kesehatan Gigi dan Mulut; anak usia sekolah

1. PENDAHULUAN

Salah satu upaya untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut diperlukan penerapan cara menjaga kesehatan mulut dan menggosok gigi yang benar, agar sisa makanan atau kotoran mulut benar-benar dapat dihilangkan dari permukaan gigi. Dibutuhkan edukasi kesehatan diberikan kepada anak usia sekolah guna merawat kesehatan gigi dan mulutnya. Edukasi kesehatan merupakan kegiatan pengetahuan yang dilakukan bagi masyarakat untuk mencapai tujuan hidup sehat dengan cara mempengaruhi perilaku masyarakat baik secara individu atau kelompok dengan menyampaikan pesan, harapannya agar masyarakat lebih sadar akan pentingnya pola kehidupan yang sehat (Zulaikhah, 2017). Kurangnya pengetahuan dapat diatasi dengan pemberian informasi melalui edukasi kesehatan (Wulandari et al., 2020).

Perawatan diri atau kebersihan gigi dan mulut merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang diperlukan untuk menjaga terjadinya kerusakan pada tubuh khususnya gigi dan mulut. Bagian dari perawatan diri adalah menjaga kebersihan gigi dan mulut. Gigi dan mulut merupakan bagian penting yang perlu dijaga kebersihannya, karena berbagai bakteri dapat masuk ke dalam tubuh dan berkembang sehingga menimbulkan berbagai penyakit yang berbahaya bagi manusia. Kebersihan mulut adalah menyikat gigi minimal dua kali sehari dan dengan benar dan berusaha membersihkan mulut, lidah, dan gigi dari segala partikel makanan untuk mencegah penyakit dan gigi berlubang (Pitaloka, 2018).

Kesehatan gigi dan mulut adalah keadaan mulut pasien, yang berkisar dari kesehatan optimal sampai penyakit (suatu kontinum). Kondisi tersebut berubah dari waktu ke waktu, yang dapat mempengaruhi kondisi fisik, psikologis, spiritual dan faktor perkembangan. Kesehatan mulut dan umum merupakan keadaan yang saling terikat dan mempengaruhi satu sama lain (Mardelita, Sukendro & Karmawati, 2018). Langkah-langkah menggosok gigi yang benar yaitu: 1) Sikat gigi depan

Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat

atau gigi seri dan taring dengan cara memutar atau dengan cara mengosok ke atas dan kebawah, 2) Gosok gigi graham atau gigi bagian dalam dengan cara maju-mundur, 3) Lalu sikat gigi seribagian dalam dengan cara mengeluarkan sisa-sisa ke arah luar.

Kesehatan gigi dan mulut seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain, faktor perilaku, faktor lingkungan, faktor keturunan dan faktor akses dan pemanfaatan fasilitas Kesehatan. Adapun ciri-ciri gigi dan mulut yang sehat adalah: Gigi tidak ada penyakit, tidak goyang dan kokoh, tidak ada kecacatan dan menempati lengkung gigi sesuai tempatnya, Gingiva berwarna merah muda, tekstur kencang menempel erat dengan gigi, permukaan seperti kulit jeruk (*stippling*). tidak ada saku gusi yang dalam (*pocket*), tidak ada pembengkakan maupun kelainan lainnya, Pipi dan bibir bagian dalam, dan langit-langit normal, tidak ada kelainan misalnya kelainan karena iritasi, bercak merah (*erythroplakia*), bercak putih ke abu-abuan (*leukoplakia*) dan kelainan lainnya, Lidah berwarna merah muda, lembap dan tidak ada kelainan. Lidah yang sehat juga merupakan tanda gigi yang sehat, Jika lidah berwarna putih, berbau atau berubah warna, maka itu menandakan masalah yang mendasarinya, Tidak ada kelainan kelenjar ludah. Kelenjar ini berfungsi membuat air liur agar kelembapan mulut terjaga disamping juga menghasilkan enzim yang membantu pencernaan. Ditemukan pada berbagai area di sekitar mulut, termasuk pipi bagian dalam, dan Mulut tidak menimbulkan bau busuk (Argentina Callista, 2022).

Untuk mendapatkan gigi yang sehat dan kuat seperti dijabarkan diatas diharapkan siswa/siswi dapat menerapkan cara menggosok gigi yang baik dan benar. Guna mencegah terjadi berbagai penyakit kesehatan seputar gigi dan mulut. Masyarakat khususnya siswa/siswi beranggapan dengan menggosok gigi saja dapat menghilangkan kuman di mulut tetapi tidak memperhatikan cara yang benar sehingga masih banyak terjadi kerusakan pada gigi diakibatkan pengendapan makan di mulut dan gigi.

2. METODE

Subyek dalam pengabdian ini sasarannya adalah anak usia sekolah SD Negeri 30 kubu dalam parak karakah. Tahap awal pelaksanaan kegiatan edukasi adalah tahap persiapan. Pada tahap ini tim melakukan pendekatan sosial kepada dinas dan instansi terkait untuk membangun kesepakatan tentang pelaksanaan edukasi tersebut. Setelah disepakati waktu pelaksanaan, materi dan hal lainnya baru dilaksanakan penyuluhan kesehatan. Tahap pelaksanaan diawali dengan melakukan penyebaran leaflet untuk bahan bacaan anak usia sekolah sebelum pengarahannya dengan menggunakan *infocus*, *laptop* dan *powerpoint*, dilakukan sesi tanya jawab. Sasarannya adalah seluruh anak usia sekolah usia 6-12 tahun yang berada di SD Negeri 30 kubu dalam parak karakah yang berjumlah 43 orang. Setelah diberikan Pelaksanaan kegiatan bulan mei tahun 2024.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat, 70% responden menjawab pertanyaan terkait kesehatan gigi dan mulut. Sebelum melakukan sosialisasi, anak usia sekolah pada umumnya merasa tidak punya informasi yang akurat mengenai kesehatan gigi dan mulut. Informasi tentang kesehatan gigi dan mulut penting untuk mendukung upaya antisipasi yang dinamis. Kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah harus diupayakan untuk memperoleh informasi yang benar dan tepat mengenai kesehatan gigi dan mulut dan mampu melewati masa tumbuh kembang anak usia sekolah dengan baik serta terhindar dari permasalahan kesehatan gigi dan mulut yang berdampak kedepannya.

Edukasi kesehatan merupakan kegiatan pengetahuan yang dilakukan bagi masyarakat untuk mencapai tujuan hidup sehat dengan cara mempengaruhi perilaku masyarakat baik secara individu atau kelompok dengan menyampaikan pesan, harapannya agar masyarakat lebih sadar akan pentingnya pola kehidupan yang sehat (Zulaikhah, 2017). Kurangnya pengetahuan dapat diatasi dengan pemberian informasi melalui penyuluhan kesehatan (Wulandari et al.2020)

Anak usia sekolah merupakan masa transisi yang penting dalam kehidupan anak. Pada tahap ini, anak-anak mulai masuk ke sekolah dan mendapatkan pendidikan formal. Mereka juga mulai mengenal teman sebaya dan belajar berinteraksi dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Selain itu,

Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat

anak-anak pada usia ini juga mengalami perkembangan kognitif yang signifikan, di mana mereka mulai mampu berpikir secara abstrak, menyelesaikan masalah, dan mengembangkan kemampuan berpikir logis (Depkes, 2023).

Adanya perubahan perilaku dari masyarakat ke arah perilaku sehat sebagai akibat dari tercapainya derajat kesehatan masyarakat yang optimal, terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup sehat baik fisik, mental, dan sosial sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian (Susilowati, 2016).

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian penting yang harus dipertahankan kebersihannya sebab melalui organ ini berbagai kuman dapat masuk. Higiene mulut membantu mempertahankan status kesehatan mulut, gigi, gusi, dan bibir, menggosok dan membersihkan gigi dari partikel-partikel makanan, plak, bakteri, memasase gusi, dan mengurangi ketidaknyamanan yang dihasilkan dari bau dan rasa yang tidak nyaman. Beberapa penyakit yang mungkin muncul akibat perawatan gigi dan mulut yang buruk adalah karies, gingivitis (radang gusi), dan sariawan. Higiene mulut yang baik memberikan rasa sehat dan selanjutnya menstimulasi nafsu makan (Mubarak, 2015). Gosok gigi merupakan upaya atau cara yang terbaik untuk perawatan gigi dan dilakukan paling sedikit dua kali dalam sehari yaitu pagi dan pada waktu akan tidur. Dengan menggosok gigi yang teratur dan benar maka plak yang ada pada gigi akan hilang. Hindari kebiasaan menggigit benda-benda yang keras dan makan makanan yang dingin dan terlalu panas. Gigi yang sehat adalah gigi yang rapi, bersih, bercahaya, gigi tidak berlubang, dan didukung oleh gusi yang kencang dan berwarna merah muda. Pada kondisi normal, dari gigi dan mulut yang sehat ini tidak tercium bau tak sedap. Kondisi ini hanya dapat dicapai dengan perawatan yang tepat (Mubarak, 2015).

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 Rasiman (2020).

Masyarakat Indonesia masih menganggap bahwa menjaga kesehatan mulut dan gigi hanya dengan berkumur dan menggosok gigi saja tanpa memperhatikan cara menggosok gigi yang benar, maka dari itu banyak terjadi kerusakan gigi diakibatkan kesalahan dalam menggosok gigi. Data Riskesdas Tahun 2018 menunjukkan prevalensi karies pada anak usia dibawah 12 tahun sebesar 41,4%, dimana angka tersebut mengalami peningkatan yang cukup tinggi dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 yaitu sebesar 25,2% (Riskesdas, 2013; Riskesdas, 2018).

Penelitian membuktikan sebagian besar anak taman kanak-kanak sering mengkonsumsi makanan manis (66%) dan memiliki kebiasaan gosok gigi yang buruk yaitu sebesar 51,1%. (Ernawati & Amin, 2011). Penelitian tersebut juga membuktikan ada hubungan antara perilaku menggosok gigi dengan kejadian karies gigi pada anak taman kanak-kanak. Konsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula secara berlebihan dan tidak dilakukan perawatan dengan baik pada mulut akan mengakibatkan penumpukan plak. Bakteri dalam mulut dapat mengubah gula menjadi asam dan mengikis enamel gigi.

Anak usia dini merupakan "golden age period", artinya masa emas untuk seluruh aspek perkembangan manusia, baik fisik, kognisi emosi maupun sosial, dimana perkembangan kecerdasan pada masa ini mengalami peningkatan sampai 50%. Usia dini merupakan saat ideal untuk melatih kemampuan motorik seorang anak, termasuk menggosok gigi, sehingga akan menimbulkan rasa tanggung jawab akan kebersihan dirinya sendiri. (Purnama, 2019) Selain perkembangan fisik, anak usia sekolah juga mengalami perkembangan kognitif yang penting. Mereka mulai mampu berpikir secara logis, mengembangkan kemampuan berpikir abstrak, dan mampu memecahkan masalah dengan lebih baik (Depkes, 2023). Rogers dalam Notoatmodjo mengemukakan pengalaman dan penelitian membuktikan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Anak-anak juga mengalami perkembangan emosional yang signifikan. Mereka mulai mampu mengidentifikasi dan mengungkapkan emosi dengan lebih baik. Anak-anak pada usia ini juga mulai mampu memahami perasaan orang lain dan mengembangkan empati. Pada periode ini, anak-anak mengalami perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang penting. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk memberikan perhatian yang cukup terhadap perkembangan anak pada usia ini. Dukungan yang baik dapat membantu anak-anak mengatasi berbagai tantangan dan memaksimalkan potensi mereka (Depkes, 2023).

Anak dengan pengetahuan yang kurang tentang kesehatan gigi lebih cenderung memiliki perilaku kesehatan gigi yang buruk dan lebih rentan terhadap infeksi karies yang dapat mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan (Cahyaningrum et al., 2017). Menurut Widyagdo & Nugroho (2017), kesehatan gigi atau dikenal juga dengan kesehatan mulut adalah keadaan dimana rongga mulut yang meliputi gigi dan struktur jaringan pendukung lainnya dapat mencegah dari penyakit yang akan menyerang mulut.

Kondisi ini memungkinkan rongga mulut berfungsi secara optimal, sehingga menumbuhkan rasa percaya diri dan hubungan interpersonal yang setinggi-tingginya. Sementara itu menurut PDGI (Persatuan Dokter Gigi Indonesia) menunjukkan setidaknya 89% orang yang menderita karies adalah anak-anak, Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO menyatakan bahwa 60 hingga 90 persen anak sekolah di seluruh dunia memiliki gigi berlubang. Menurut Simaremare & Wulandari (2002), angka kejadian karies di Indonesia sebesar 88,8 persen, dengan prevalensi karies akar sebesar 56,6 persen. Penyakit gigi yang sering ditemukan di masyarakat yaitu karies gigi.



Gambar 1. Pemaparan materi terkait kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah



Gambar 2. Pemaparan video edukasi cara merawat kesehatan mulut dan cara menggosok gigi yang benar

4. KESIMPULAN

Telah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai pembinaan kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah dengan penyampaian materi menggunakan powerpoint disertai pembagian brosur kepada setiap anggota. Telah dilakukan diskusi dengan guru terkait tinjauan lokasi, koordinasi dan pelaksanaan selama pengabdian. Kegiatan ini memiliki dampak positif karena dapat meningkatkan pengetahuan dan merubah kebiasaan kepada anak SD tentang kesehatan gigi dan mulut sehingga setelah mengetahui tersebut dapat menambah pengetahuan dan kebiasaan kepada anak-anak SD.

Bagi pihak sekolah diharapkan agar melakukan kegiatan penyuluhan yang berkaitan tentang kesehatan dalam satu kali sebulan disekolah dibantu dengan pihak tenaga kesehatan untuk menambah pengetahuan siswa tentang kesehatan gigi dan mulut. Serta dapat menambahkan kegiatan menjaga kesehatan gigi dan mulut dalam kegiatan ekstrakurikuler anak atau tambahan.

Bagi siswi/a agar dapat menerapkan cara menjaga kesehatan gigi dan mulut baik di sekolah maupun di rumah. Bagi penulis dapat menerapkan metode edukasi yang lebih menarik lagi untuk kedepannya

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini, antara lain: Stikes Ranah Minang Padang, Ketua Stikes Ranah Minang Padang yang telah memberikan dukungan dan inspirasi dalam menyelesaikan kegiatan ini, Ketua Program Studi DIII Kebidanan serta pihak lain yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ajeng, cahyaningrum N. (2017). Hubungan perilaku ibu terhadap kejadian karies gigi pada balita di paud putra sentosa. (August 2017), 142–151. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i2.2017.142-151>
- [2] Argentina, Callista (2022) Jangan Asal, Ini Cara Memilih Sikat Gigi Yang Baik dan Benar. Diakses pada 26 juni 2024 dari <https://www.klikdokter.com/infosehat/gigi-mulut/jangan-asal-ini-cara-memilih-sikat-gigi-yang-baik-danbenar>.
- [3] depkes RI. Undang-Undang Republik Indonesia No 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan. 2023.
- [4] Ernawati, A., & Amin, S. (2011). Hubungan Antara Perilaku Mengkonsumsi Makan Makanan Manis Dan Perilaku Menggosok Gigi Dengan Kejadian Karies Gigi Pada Anak TK Pertiwi 37 Gunung Pati. FIKkes Jurnal Keperawatan, 4(2), 183–193.
- [5] Ginting, S. B., Simamora, A. C., & Siregar, N. S.N. (2022). Penyuluhan Kesehatan Tingkatkan Pengetahuan Ibu Dalam Mencegah Stunting. Penerbit Nem.
- [6] Notoatmodjo, S. 2004. Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta
- [7] Mardelita, S., Sukendro, S. J., & Karmawati, I. A. (2018). Pelayanan Asuhan Kesehatan Gigi dan Mulut Individu. Kementerian Kesehatan RI.
- [8] Mubarak, wahit iqbal (2015) Ilmu Keperawatan Dasar. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- [9] Oktadewi, F., Cahyani, C., & Hartono, B. (2018). Revitalisasi Program Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS) Melalui Pembinaan Dokter Kecil Di SDN 1 Susukan Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas. Prosiding Seminar 2309 Nasional Dan Call for Papers, 161–168.
- [10] Pitaloka, Dyah Ayu Mayang. (2018). Tingginya Angka OHI-S Dilihat Dari Prilaku Cara Menggosok Gigi yang Benar. Pracetak OSF [Online]. Diakses dari <https://doi.org/10.31219/osf.io/x7h2v> [Pada 26 juni 2024].
- [11] Purnama, T., Rasipin, R. and Santoso, B., 2019. Pengaruh Pelatihan Tediâ€™ s Behavior Change Model pada Guru dan Orang Tua terhadap Keterampilan Menggosok Gigi Anak Prasekolah. Quality: Jurnal Kesehatan, 13(2), pp.75-81.

- [12] Rasiman, N. B. (2020). Penyuluhan Kesehatan Dan Pelaksanaan Sikat Gigi Bersama Anak SD Di Dusun RuvaBakubakulu Kecamatan Palolo. *Jurnal Abdidas*, 1(4), 248–253. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i4.54>
- [13] Susilowati dan Kuspriyanto. 2016. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- [14] Tasmir.m.m. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Metode Simulasi dan Media Video Animasi Terhadap Kemampuan Menggosok Gigi pada Anak Pra Sekolah di TK Al-qiraah Sidrap. Skripsi (Online).(<https://elearning.itkesmusidrap.ac.id/>, diakses 27 juni 2024)
- [15] Wulandari, H. W., & Kusumastuti, I. (2020). Pengaruh Peran Bidan, Peran Kader, Dukungan Keluarga dan Motivasi Ibu terhadap Perilaku Ibu dalam Pencegahan Stunting pada Balitanya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(02), 73–80. <https://doi.org/10.33221/jikes.v19i02.548>
- [16] Zulaikhah, S. T., Yusuf, I. (2017). Pengaruh Terhadap Kepadatan Aedes Aehypti Dalam Peningkatan Demam Berdarah. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 1-7. Universitas Islam Sultan Agung Semarang Indonesia.