

Pelatihan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Siswa Sekolah Dasar

Oral and Dental Health Training for Elementary School Students

Aisyah AR ^{1*}, Suciyati Sundu ², Dewi Sartika ³, Fidzah Nurfaejrina Murad ⁴,
Faradillah Usman ⁵

^{1,2,3,4,5} STIKES Amanah Makassar, Indonesia

Alamat: Jl. Hertasning Baru, Kassi-Kassi, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90221

Korespondensi email: aulyahrezky@gmail.com

Article History:

Received: Juni 04, 2024;

Revised: Juni 19, 2024;

Accepted: Juli 12, 2024;

Published: Juli 30, 2024;

Keywords: Dental health training, oral hygiene, elementary school students, tooth brushing techniques, children's health.

Abstract: Oral and dental health training for elementary school students is an important preventive effort to build the habit of maintaining oral and dental hygiene from an early age. This program aims to increase students' knowledge about the importance of dental and oral care and train them in the correct tooth brushing technique. This activity begins with counseling on dental health problems that children often face, such as cavities due to bad habits and high sugar consumption. Furthermore, students are given practical training on how to brush their teeth effectively. The results of the training showed that students were very enthusiastic and were able to understand and practice the correct tooth brushing technique. Question and answer sessions and direct practice strengthened their understanding, while giving prizes increased students' motivation to apply the knowledge they had gained. This training is expected to be the first step in forming a generation that is aware of the importance of oral and dental health.

Abstrak

Pelatihan kesehatan mulut dan gigi pada siswa sekolah dasar merupakan upaya preventif yang penting untuk membangun kebiasaan menjaga kebersihan mulut dan gigi sejak dini. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pentingnya perawatan gigi dan mulut serta melatih mereka dalam teknik menyikat gigi yang benar. Kegiatan ini dimulai dengan penyuluhan mengenai masalah kesehatan gigi yang sering dihadapi anak-anak, seperti gigi berlubang akibat kebiasaan buruk dan konsumsi gula yang tinggi. Selanjutnya, siswa diberikan pelatihan praktis tentang cara menyikat gigi yang efektif. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa siswa sangat antusias dan mampu memahami serta mempraktikkan teknik menyikat gigi dengan benar. Sesi tanya jawab dan praktek langsung memperkuat pemahaman mereka, sementara pemberian hadiah meningkatkan motivasi siswa untuk menerapkan pengetahuan yang telah mereka peroleh. Pelatihan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membentuk generasi yang sadar akan pentingnya kesehatan mulut dan gigi.

Kata Kunci: Pelatihan kesehatan gigi, kebersihan mulut, siswa sekolah dasar, teknik menyikat gigi, kesehatan anak.

1. PENDAHULUAN

Anak usia dini perlu mendapatkan perhatian yang khusus terutama dalam hal tumbuh kembang, peranan orangtua masih sangat diperlukan untuk memperhatikan tumbuh kembang anak-anak usia dini. Salah satu yang perlu mendapatkan perhatian khusus yaitu kesehatan mulut dan gigi.

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian dari kesehatan tubuh manusia, karena kesehatan gigi dan mulut sangat mempengaruhi kesehatan tubuh (Tanu et al., 2019). Kesehatan gigi yang baik sangat penting dalam berbagai aktivitas kehidupan manusia,

termasuk berbicara dan mengonsumsi makanan dan minuman. Saat ini perhatian terhadap masalah kesehatan gigi dan mulut masih kurang. Perawatan gigi seringkali diabaikan pada anak-anak usia dini. Anggapan bahwa gigi susu diperkirakan akan digantikan oleh gigi permanen membuat para orangtua bersikap bahwa aktivitas yang tidak perlu atau minimal seperti menyikat gigi dan mengunjungi dokter gigi. Hal ini menyebabkan gigi berlubang, yang terjadi pada sebagian besar anak. Kerusakan ini meliputi munculnya gigi tidak rata, gigi berlubang, retak, dan gigi goyang (Aditya, 2020).

Kesehatan gigi dan mulut dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain keturunan, lingkungan, perilaku dan pelayanan kesehatan gigi dan mulut (Febria & Arinawati, 2020). Minimnya pengetahuan tentang kesehatan yang dimiliki masyarakat Indonesia menjadi penyebab terjadinya kerusakan pada gigi. Karies gigi adalah salah satu kerusakan gigi yang terjadi di Indonesia. Prevalensi karies gigi yang terjadi di Indonesia cukup tinggi, yaitu lebih dari 80%. Hal ini berarti hampir semua masyarakat Indonesia mengalami karies gigi (Ramadhan et al., 2016).

Salah satu penyebab timbulnya permasalahan kesehatan gigi dan mulut adalah perilaku yang mengarah pada terabaikannya kesehatan gigi dan mulut, karena kurangnya pengetahuan, sikap dan perilaku terkait pentingnya menjaga kesehatan gigi (Siregar, 2020). Pendidikan kesehatan gigi dan mulut penting dilakukan karena dapat mengembangkan kebiasaan perilaku yang akan bertahan hingga dewasa, salah satunya adalah menjaga kebersihan mulut (Perangin-Angin, 2021).

2. METODE

Pelatihan pada pengabdian Masyarakat ini berupa rangkaian kegiatan yang dilakukan untuk penyuluhan dan pelatihan tentang kesehatan gigi dan mulut. Kegiatan ini dilakukan di SD Negeri Borong Kota Makassar sebanyak 50 siswa. Antusias peserta dalam kegiatan ini sangat tinggi dibuktikan dengan jumlah anak-anak yang hadir. Peserta penyuluhan dan pelatihan sebanyak 50 orang dari anak usia 1-5 Tahun. Waktu kegiatan dilakukan selama 3 jam. Metode kegiatan pengabdian kepada Masyarakat berupa

- a. Penyuluhan secara langsung kepada anak-anak yang diberikan oleh pemateri
- b. Kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya – jawab dan praktek langsung untuk mengetahui seberapa besar tingkat pemahaman anak – anak Ketika sudah diberikan pelatihan
- c. Diakhiri dengan pembagian hadiah untuk anak-anak yang dapat menjawab pertanyaan dan mempraktekkan cara menyikat gigi yang baik dan benar.

3. HASIL

Pelaksanaan pelatihan kesehatan gigi dan mulut pada anak sekolah di SD Negeri Borong Kota Makassar berjalan dengan lancar, semua peserta sangat antusias dalam mengikuti pelatihan bagaimana cara menyikat gigi yang baik dan benar.



Gambar 1. Pelatihan Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Anak Sekolah Di SD Negeri Borong Kota Makassar

4. DISKUSI

Kegiatan ini diawali dengan penyuluhan tentang masalah – masalah yang timbul akibat dari jarang menyikat gigi. Kerusakan n gigi banyak dialami anak-anak, seperti gigi berlubang. Penyebabnya konsumsi gula berlebih, perawatan gigi yang sering kali terabaikan, dan hal utama seperti gosok gigi jarang bahkan tidak dilakukan baik di rumah maupun di sekolah (Arumsari, 2014).

Kegiatan selanjutnya yaitu pelatihan bagaimana cara menyikat gigi yang baik dan benar secara langsung dihadapan anak -anak. Menyikat gigi merupakan cara termudah untuk menjaga keseharan gigi dan mulut. Namun, banyak orang yang meremehkan pentingnya menyikat gigi. Cara menyikat gigi yang benar (Trisantia dkk, 2023)

Langkah-langkah untuk menyikat gigi menurut 1) ambil sikat dan pasta gigi, peganglah sikat gigi dengan cara sendiri (yang penting nyaman untuk dipegang), oleskan pasta gigi di sikat gigi yang sudah dipegang (AMRIN, 2020), kemudian 2) sikat gigi (gigi depan dengan cara menjalankan sikat gigi pelan - pelan dan naik turun . Kenapa harus pelan-pelan karena biasanya orang yang menyikat gigi secara kasar, akan mengakibatkan gusi lecet dan berdarah. 3) Langkah selanjutnya gosok bagian gigi sebelah kanan dan kiri. Cara pengaplikasian hampir sama dengan menyikat gigi depan, yaitu gosok perlahan dengan irama naik turun. Jika susah mengosok naik turun bisa menggosok biasa namun dengan durasi lebih lama, karena mengosok dengan cara naik turun walaupun pelan-pelan akan lebih cepat menghilangkan sisa makanan yang tertempel. 4) Setelah selesai menggosok area gigi bagian kanan, kiri dan depan, maka langkah selanjutnya adalah membersihkan/ menyikat gigi bagian dalam (gigi geraham).

Usahakan sikat dengan cara pelan-pelan namun kotoran tak ada yang tertinggal karena biasanya plak kuning terjadi di area ini jika gosok giginya tidak bersih. Caranya, gunakan ujung bulu sikat untuk menjangkau area gigi geraham dengan sedikit tekanan sampai ujung sikat sedikit melungkung. 5) Langkah terakhir gosok gigi dalam (gigi tengah) dengan cara menegakan lurus sikat gigi, lalu sikat gerakkan sikat keatas kebawah (Pratiwi, 2016).

Selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab seputar kesehatan mulut dan gigi dan dilakukan praktek langsung oleh anak-anak. Kemudian sesi terakhir yaitu pembagian hadiah untuk anak-anak yang dapat menjawab dengan benar pertanyaan dari penyuluh.

5. KESIMPULAN

Pelatihan ini memberikan dampak yang baik, anak-anak telah mengetahui cara menyikat gigi yang baik dan benar tidak hanya sekedar sikat sebentar kemudian selesai. Anak-anak memahami untuk mengurangi makanan yang manis karena akan merusak gigi.

DAFTAR REFERENSI

- Aditya, R. (2020). Pengaruh Penyuluhan Tentang Adaptasi Kebiasaan Baru Bagi Ibu Hamil di Poliklinik Kebidanan RSUD Ulin Banjarmasin. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 3, 270–273.
- AMRIN, S. (2020). Penyuluhan cara menyikat gigi yang benar pada Siswa/Siswi SDN 002 Lok Bahu, Jln. Pusaka, Tentang Hygiene dan Sanitasi Kesehatan”. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih (JPMK)*, 2(1), 41–45.
- Arumsari, F. (2014). Pembiasaan menggosok gigi untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. *Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2).
- FARAH, H. (2018). Hubungan antara Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Kebiasaan Menyikat Gigi dan Kunjungan ke Dokter Gigi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Gadjah Mada. Universitas Gadjah Mada.
- Febria, N. D., & Arinawati, D. Y. (2020). Penyuluhan dan Pelatihan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*.
- Hapsari, A. Y., & Chalimah, S. (2013). Kualitas dan kuantitas kandungan pupuk organik limbah serasah dengan inokulum kotoran sapi secara semianaerob. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Perangin-angin, S.B. R. (2021). Systematic Review Pengaruh Merokok Terhadap Kebersihan Gigi dan Mulut Pada Remaja.

- Pratiwi, D. (2016). Pengaruh metode storytelling terhadap perilaku menggosok gigi di TK Dharma Wanita IV Banjar Sengon Kabupaten Jember
- Ramadhan, A., Cholil, C., & Sukmana, B. I. (2016). Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut terhadap angka karies gigi di smpn 1 marabahan. *Dentino: Jurnal Kedokteran Gigi*, 1(2), 66–69.
- Setiari, L. S., & Sulistyowati, M. (2017). Tindakan pencegahan karies gigi pada siswa sekolah dasar berdasarkan teori health belief model. *Jurnal Promkes*, 5(1), 59–70.
- Siregar, S. R. (2020). Gambaran Pengetahuan Menyikat Gigi Terhadap Terjadinya Karang Gigi Pada Siswa -Siswi Anak Kelas V SD Negeri No.060849 Kecamatan Medan Barat.
- Sukanto, S. (2015). Takaran Dan Kriteria Pasta Gigi Yang Tepat Untuk Digunakan Pada Anak Usia Dini (Aproprate Amount And Creteria Of Tooth Paste Used For Early-Aged Children). *STOMATOGNATICJurnal Kedokteran Gigi*, 9(2), 104–109.
- Tanu, N. P., Manu, A. A., & Ngadilah, C. (2019). Hubungan Frekuensi Menyikat Gigi dengan Tingkat Kejadian Karies. *Dental Therapist Journal*, 1(1), 39–43.
- Trisantia, F., Nuzuli, A. K., & Oktaviana, W. (2023). Sosialisasi Pentingnya Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut pada Siswa Sekolah Dasar Neg geri 08 Pasar 60 di Nagari Batang Arah Tapan. *Jurnal Pengabdian Dharma Wacana*, 4(2), 139–146