

Penyuluhan Kesehatan Menyikat Gigi Yang Benar Pada Anak Di SDN 10 Pantoloan

Katrina Feby Lestari^{1*}, Indo Iya Mappaita¹, Jesika Selin¹, Yelsi Putriana Lama¹, Sri Dewi Rahmawati¹, Fitriyah Angraini¹, Irmawati¹, Kriswanto¹, Ekawati¹, Tasrif Shandy¹, Rifaldi¹, Stevani Susilia¹

¹Program Studi Ners, Universitas Widya Nusantara, Palu, Indonesia

Email: ^{1*} katrina@stikeswnpalu.ac.id

Abstrak—Gigi sebagai bagian terpenting dari mulut berfungsi menghancurkan makanan dan berbicara. Kurangnya menjaga kebersihan gigi dan mulut menjadi salah satu penyebab kerusakan pada gigi. Anak usia 5-9 tahun merupakan kelompok umur yang lebih rentan mengalami gigi rusak/ berlubang/ sakit. Kerusakan gigi pada anak disebabkan karena mereka lebih cenderung mengkonsumsi makanan dan minuman yang manis seperti coklat dan permen tanpa menyikat gigi yang benar. Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan penting untuk dilakukan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi anak tentang pentingnya menyikat gigi yang benar. Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah ceramah, demonstrasi, dan diskusi. Kegiatan ini diikuti oleh 14 anak di SDN 10 Pantoloan. Penyuluhan ini meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang menyikat gigi yang benar dengan harapan memotivasi anak untuk dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari demi mempertahankan kesehatan gigi dan mulut.

Kata Kunci: Penyuluhan, Menyikat Gigi, Anak

Abstract—Teeth as the most important part of the mouth function to destroy food and speak. Lack of maintaining oral and dental hygiene is one of the causes of damage to teeth. Children aged 5-9 years are an age group that is more susceptible to tooth decay/cavities/sickness. Tooth decay in children is caused because they are more likely to consume sweet foods and drinks such as chocolate and candy without proper brushing. Therefore, health education is important to do. This community service aims to educate children about the importance of brushing their teeth properly. The methods used in this counseling are lectures, demonstrations, and discussions. This activity was attended by 14 children at SDN 10 Pantoloan. This counseling increases participants' knowledge and understanding of proper tooth brushing with the hope of motivating children to be able to apply it in everyday life to maintain healthy teeth and mouth.

Keywords: Counseling, Brushing Teeth, Children

1. PENDAHULUAN

Gigi sebagai bagian terpenting dari mulut berfungsi menghancurkan makanan dan berbicara. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan gigi dan mulut adalah *oral hygiene*. Kurangnya dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut menjadi salah satu penyebab kerusakan pada gigi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, proporsi masalah gigi rusak/ berlubang/ sakit di Indonesia mencapai 45,3% dengan proporsi kasus tertinggi ada di provinsi Sulawesi Tengah mencapai 60,4% (Tim Riskesdas, 2019a). Kota Palu sebagai salah satu kabupaten/ kota yang ada di Sulawesi Tengah mencatat proporsi kasus gigi rusak/ berlubang/ sakit mencapai 46,54% (Tim Riskesdas, 2019b).

Kebersihan gigi dan mulut dapat dijaga dengan cara menyikat gigi minimal 2x sehari sesudah makan pagi dan sebelum tidur malam. Anak usia 5-9 tahun merupakan kelompok umur yang lebih rentan mengalami gigi rusak/ berlubang/ sakit. Kerusakan gigi pada anak disebabkan karena mereka lebih cenderung mengkonsumsi makanan dan minuman yang manis seperti coklat dan permen tanpa menyikat gigi yang benar (Gayatri, 2016). Makanan dan minuman manis banyak mengandung gula. Sukrosa sebagai pemanis sering ditambahkan pada berbagai jenis makanan dan minuman. Jika anak mengkonsumsi banyak gula dan dimakan secara terus-menerus maka akan berpengaruh terhadap kesehatan tubuh, terutama kesehatan gigi dan mulut. Hal itu disebabkan karena bakteri di mulut mencerna karbohidrat, menghasilkan asam kemudian campuran asam dan air liur disekresikan membentuk plak saat mengunyah. Plak yang menumpuk dalam jangka waktu lama akan menyebabkan kerusakan gigi jika tidak dibersihkan (Asridiana, 2019). Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan penting untuk dilakukan.

Penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan. Sebaiknya diberikan pada usia dini karena pada masa ini, anak mulai mengerti akan pentingnya kesehatan, kebiasaan yang perlu dilakukan untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut, serta larangan yang harus dihindari agar tidak terjadi kerusakan gigi (Chrismilasari, 2019). Menurut Machrumnizar (2022), kegiatan penyuluhan yang dilakukannya dapat mendorong siswa menghindari konsumsi makanan dan minuman yang terlalu manis serta memberikan informasi kepada siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Hasil studi pendahuluan menyatakan beberapa anak di SDN 10 Pantoloan mengalami gigi berlubang dan berwarna hitam. Selain itu, ada juga yang pernah mengalami gusi bengkak dan berdarah. Berdasarkan permasalahan di atas, Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Widya Nusantara merasa perlu untuk melakukan kegiatan edukasi mengenai menyikat gigi yang benar pada anak di SD 10 Pantoloan yang bertujuan agar mereka lebih mengetahui, memahami tentang pentingnya menyikat gigi, dan dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini dilakukan pada hari selasa, 13 Desember 2022 di SDN 10 Pantoloan Kelurahan Pantoloan Kecamatan Tawaeli. Kegiatan ini dibantu oleh para guru dan petugas kesehatan dari UPTD Puskesmas Pantoloan. Metode yang digunakan adalah ceramah, demonstrasi, dan diskusi.

Tahapan kegiatan dibagi menjadi 3 yaitu:

- a. Tahap persiapan
Sebelum kegiatan dimulai maka terlebih dahulu dilakukan koordinasi dengan Kepala SDN 10 Pantoloan terkait jenis, sasaran, waktu dan tempat kegiatan. Selain daripada itu, tim pengabdian masyarakat juga mempersiapkan video animasi yang akan ditayangkan pada saat penyuluhan, alat peraga gigi untuk memperagakan cara menyikat gigi yang benar, beserta sikat dan pasta gigi yang akan dibagikan kepada peserta saat demonstrasi.
- b. Tahap pelaksanaan
Pelaksanaan penyuluhan kesehatan dimulai dari memaparkan materi yang meliputi pengertian, tujuan, manfaat, dan cara menyikat gigi yang benar, waktu yang tepat untuk menyikat gigi, serta akibat tidak menyikat gigi dengan benar. Setelah itu dilanjutkan dengan demonstrasi menyikat gigi.
- c. Tahap Penutup
Kegiatan diakhiri dengan diskusi/ tanya jawab seputar materi yang telah dipaparkan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman peserta dalam menyikat gigi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh 14 anak di SDN 10 Pantoloan. Distribusi frekuensi karakteristik peserta berdasarkan jenis kelamin dan usia dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Peserta

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	4	28,6
Perempuan	10	71,4
Usia		
7 tahun	3	21,4
8 tahun	5	35,7
9 tahun	5	35,7
11 tahun	1	7,2

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 14 peserta, sebagian besar peserta berjenis kelamin perempuan sebanyak 10 orang (71,4%) dan sebagian besar peserta berusia 8 dan 9 tahun sebanyak 5 orang (35,7%).



Gambar 1. Pemaparan Materi Menyikat Gigi



Gambar 2. Demonstrasi Menyikat Gigi



Gambar 3. Foto bersama Tim Pengabdian Masyarakat, Peserta, Guru, dan Tenaga Kesehatan dari Puskesmas Pantoloan

Penyuluhan kesehatan ini sebagai wadah meningkatkan pengetahuan anak untuk menyikat gigi yang benar sehingga terhindar dari kerusakan gigi. Penyuluhan ini tidak hanya sebatas materi ceramah antara pemateri dengan peserta tetapi disajikan dalam bentuk video animasi yang lebih disukai anak-anak sehingga mereka bisa fokus akan materi yang disampaikan. Selain itu, ada juga demonstrasi cara menyikat gigi yang diperagakan Tim Pengabdian Masyarakat dan dipraktikkan peserta secara langsung. Pada akhir kegiatan diadakan diskusi/ tanya jawab untuk melihat sejauh mana pengetahuan dan pemahaman anak akan materi yang disampaikan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan lancar sesuai dengan rencana yang telah disusun oleh Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Widya Nusantara. Peserta terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan ini. Kegiatan ini meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang menyikat gigi yang benar dengan harapan memotivasi anak untuk dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Bagi pihak UPTD Puskesmas Pantoloan agar dapat melakukan penyuluhan secara berkala untuk memonitoring dan mengevaluasi kesehatan gigi dan mulut anak.

REFERENCES

- Asridiana & Thioritz, E. (2019). *Pengaruh Mengonsumsi Makanan Manis dan Lengket terhadap pH Saliva Pada Murid SDN Mamajang Makassar*. Media Kesehatan Gigi, 18(1). 34-40.
- Chrismilasari, L.A., Gabrilinda, Y., & Martini, M. (2019). *Penyuluhan Menyikat Gigi pada Anak Sekolah Dasar Teluk Dalam II Banjarmasin*. Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM), 1(2): 91-97.
- Gayatri, R.W. & Mardiyanto. (2016). *Gambaran Status Karies Gigi Anak Sekolah Dasar Kota Malang*. Preventia : The Indonesian Journal of Public Health, 1(1): 45-54.
- Machrumnizar & Tan S. (2022). *Penyuluhan tentang Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak Sekolah Dasar*. AMMA : Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1(5). 390-393.
- Tim Riskesdas. (2019a). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta.
- Tim Riskesdas. (2019b). *Laporan Provinsi Sulawesi Tengah RISKESDAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta.