

PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Intan Mega Pratiwi¹, Shalsa Amirah Fitri², Nur Sausan Fauziyyah³, Yuda Arya Gunawan⁴, Ahmad Azhari^{5*},
Zulmah Astuti⁶

¹⁻⁶ Prodi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

e-mail: ⁵ahmadazhari0304@gmail.com

Abstract. *In indonesia, health education regarding Dental and Oral Health is still very minimal, especially for children aged 6-10 years. Where awareness to maintain dental and oral health is still lacking, such as brushing teeth 2 times a day for 2 minutes. The low level of knowledge and awareness to change oneself is one of the factors that triggers an increase in diseases of the teeth and mouth. This study aims to increase knowledge about dental and oral health in class 1B Muhammadiyah 4 Elementary School children. The method used in this research is the lecture method and uses visual aids and flipchart additional media. With the outcome criteria, SD Muhammadiyah 4 class 1 children can do their own brushing activities independently.*

Keywords : *dental and oral hygiene, elementary school kid, health education.*

Abstrak. Di Indonesia pendidikan kesehatan mengenai Kesehatan Gigi dan Mulut masih sangat minim, terutama anak umur 6-10 tahun. Dimana kesadaran untuk memelihara kesehatan gigi dan mulut yang masih kurang seperti menyikat gigi 2 kali sehari selama 2 menit. Rendahnya tingkat pengetahuan dan kesadaran untuk merubah diri menjadi salah satu factor yang memicu meningkatnya penyakit pada gigi dan mulut. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan gigi dan mulut pada anak SD Muhammadiyah 4 kelas 1B. Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode ceramah dan menggunakan alat peraga serta media tambahan flipchart. Dengan kriteria hasil Anak SD Muhammadiyah 4 kelas 1B dapat melakukan sendiri kegiatan menyikat gigi secara mandiri.

Kata Kunci : anak sekolah dasar, kebersihan gigi dan mulut, pendidikan kesehatan

1. Pendahuluan

Personal hygiene adalah upaya yang dilakukan oleh individu untuk menjaga kebersihan pribadinya agar terhindar dari penyakit. Pemenuhan personal hygiene dipengaruhi berbagai faktor seperti faktor budaya, nilai sosial individu atau keluarga, pengetahuan tentang personal

hygiene serta persepsi terhadap perawatan diri (Astiningsih, N. W., & Wijayanti, T., 2019). Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian dari kesehatan tubuh secara keseluruhan. Kesehatan gigi dan mulut dapat merefleksikan kesehatan tubuh secara keseluruhan termasuk jika terjadi kekurangan nutrisi dan gejala penyakit lain di tubuh. Gangguan pada kesehatan gigi dan mulut dapat berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari (Bintari, T., Prasetyowati, S., & Isnanto, 2022). Gigi dan mulut adalah bagian penting yang harus dipertahankan kebersihannya, sebab melalui organ ini berbagai kuman dapat masuk. Banyak organ yang berada dalam mulut, seperti orofaring, kelenjar parotid, tonsil, uvula, kelenjar sublingual, kelenjar submaksilaris, dan lidah. Mulut merupakan bagian yang penting dari tubuh kita dan dapat dikatakan bahwa mulut adalah cermin dari kesehatan gigi karena banyak penyakit umum mempunyai gejala-gejala yang dapat dilihat dalam mulut. Gigi dan mulut yang tidak sehat akan menimbulkan berbagai macam penyakit yang mengganggu kesehatan gigi dan mulut karena mulut merupakan tempat yang paling ideal untuk berbagai jenis bakteri tumbuh dan berkembang, baik itu bakteri baik ataupun bakteri yang berbahaya. (Nurhajilah, Nurfianti, A., & Budiharto, I., 2019)

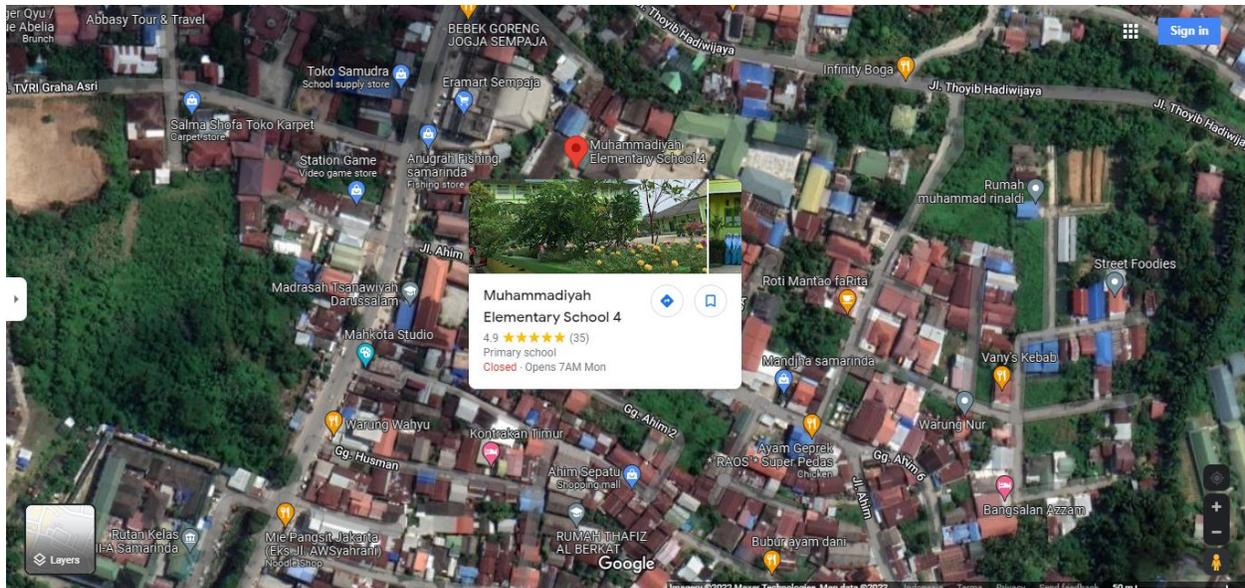
Kesehatan gigi dan mulut pada masyarakat Indonesia perlu mendapatkan perhatian yang serius karena tidak sedikit penduduk Indonesia yang menderita penyakit gigi dan mulut. Salah satu penyebabnya adalah rentannya kelompok anak usia sekolah dari gangguan kesehatan gigi. Kesehatan gigi dan mulut yang buruk merugikan bagi anak-anak usia sekolah karena dapat mempengaruhi gizi, pertumbuhan, dan perkembangan mereka. Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok yang paling rentan terhadap penyakit gigi dan mulut karena umumnya masih mempunyai perilaku atau kebiasaan diri yang kurang menunjang terhadap kesehatan gigi dan mulut. Gangguan kesehatan gigi yang paling sering terjadi pada kelompok anak usia sekolah adalah karies gigi. (Sari, P. E., Giri, P. R., & Utami, N.W., 2019). Kondisi ini berdampak pada masalah kesehatan anak, karena dapat mengganggu konsentrasi proses belajar anak, mempengaruhi nafsu makan, sehingga dapat mengganggu pertumbuhan yang pada akan berdampak status gizi anak yang terimplikasi. (Resta, S. H., Oktaviyana, C., & Iqbal, M. 2022).

Karies gigi atau kerusakan pada gigi merupakan penyakit gigi dan mulut yang paling banyak diderita di Indonesia dengan presentase lebih dari 80%. Karies gigi dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dihasilkan dari pengaruh antara lingkungan, perilaku dan faktor genetik.

Perilaku dalam pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut memiliki peran penting untuk mempengaruhi status kesehatan gigi dan mulut. Bila pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut kurang baik, maka terjadinya karies gigi atau kerusakan gigi akan semakin besar. Oleh karena itu perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut harus ditingkatkan.

Masalah kesehatan gigi dan mulut merupakan masalah yang rentang di hadapi oleh kelompok anak usia sekolah dasar yaitu pada usia 6-12 tahun yang dimana merupakan periode transisi atau masa bercampurnya antara gigi susu (gigi primer) dan gigi tetap (gigi sekunder). Periode transisi bisa menjadi periode terburuk bagi anak karena masalah kesehatan gigi dan mulut yang kurangnya perhatian dan perawatan akan dapat mempegaruhi masa depan anak dalam kesehatan gigi dan mulut. Pada periode ini juga anak sudah menunjukkan kepekaan untuk belajar sesuai dengan rasa ingin tahunya, termasuk menyikat gigi. Oleh karena itu pada usia ini sangat tepat untuk mengajarkan sesuatu hal yang baru kepada anak. Upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut antara lain meliputi tindakan menyikat gigi, kumur-kumur dengan larutan fluor. Tindakan menyikat gigi merupakan hal yang utama dalam upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut. Untuk melakukan tindakan ini dibutuhkan kemampuan motorik, dimana usia sekolah dasar merupakan usia yang ideal untuk melatih kemampuan motorik seorang anak. Peran orang tua dan guru dibutuhkan untuk menjelaskan, memberi contoh, membimbing serta mendorong anak untuk memiliki perilaku yang baik dan diharapkan.

Pendidikan dan promosi kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik terhadap kesehatan gigi dan mulut dengan kreteria hasil menunjukkan dengan metode ceramah dan mendemonstrasikan menggunakan alat peraga serta media flipchart mampu memberikan pengaruh kepada komunikan pada tingkat pengetahuan serta praktik menggosok gigi secara baik dan benar pada anak SD Muhammadiyah 4 Samarinda kelas 1 pada tanggal 25 November 2022. Lokasi penyuluhan pendidikan kesehatan ini di Jl. Ahim Jl. KH. Wahid Hasyim 2 No.1, Sempaja Sel., Kec. Samarinda Utara, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75119.



Gambar 1. Lokasi SD Muhammadiyah 4 Samarinda

2. Metode

Dalam pendidikan dan promosi kesehatan ini pembicara membawakan tema Kesehatan Gigi Dan Mulut yang dimana target sasaran adalah anak kelas 1 Sekolah Dasar. Seperti yang diketahui pada periode tersebut anak sangat banyak mengonsumsi makanan manis dan lupa untuk menggosok gigi, dan dalam pendidikan dan promosi kesehatan yang disuguhkan pembicara untuk memberikan tata cara menggosok gigi dengan benar. Pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan ini akan menggunakan media menarik dengan audio visual agar mudah dipahami oleh anak. Pemberian edukasi dengan metode ceramah dilakukan dengan alat bantu pendukung seperti: model anatomi gigi, infokus projector dan screen. Materi pelatihan yang diberikan meliputi: manfaat gosok gigi dan cuci tangan pakai sabun, waktu yang baik menggosok gigi dan mencuci tangan, cara menyikat gigi dan lidah yang benar.

Langkah-langkah dalam menyikat gigi yang benar dimulai dengan berkumur dengan air, lalu sikat gigi dan gusi dengan membentuk posisi kepala membentuk posisi 45 derajat daerah perbatasan gigi dan gusi, selanjutnya gerakan sikat dengan lembut dan memutar, lanjut gunakan gerakan yang sama untuk menyikat bagian dalam permukaan gigi, setelah itu gosok semua permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah, terakhir berkumur-kumur sampai mulut terasa bersih.

Pendidikan kesehatan dalam penyuluhan ini menggunakan metode demonstrasi dan metode ceramah, dimana metode yang digunakan untuk menyampaikan materi kesehatan pada anak tidak sulit untuk dipahami. Metode demonstrasi merupakan cara memberikan pendidikan kesehatan dengan mempertunjukkan atau memperlihatkan media disertai penjelasan kesehatan tentang membersihkan gigi dan mulut.

Sasaran populasi pendidikan dan promosi kesehatan ini adalah siswa kelas 1 SD Muhammadiyah 4 Samarinda, Kecamatan Samarinda Utara, Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur yang dimana 1 kelas berisi 30 siswa. Media yang digunakan yaitu power point, alat peraga, flipchart, leaflet. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 25 November 2022 dengan durasi waktu kegiatan sekitar 45 menit. Jalannya pendidikan dan promosi kesehatan meliputi :

1. Tujuan pendidikan dan promosi kesehatan adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang kebersihan gigi dan mulut.
2. Sasaran pendidikan dan promosi kesehatan adalah siswa kelas 1 SD Muhammadiyah 4 Samarinda, Kecamatan Samarinda Utara, Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur.
3. Tempat pendidikan dan promosi kesehatan berada di ruang kelas 1 SD Muhammadiyah 4 Samarinda, Kecamatan Samarinda Utara, Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur.
4. Materi pendidikan dan promosi kesehatan yang di bawakan pembicara adalah pengertian kesehatan gigi dan mulut, penyebab karies gigi berlubang dan mulut tidak sehat, tanda dan gejala gigi berlubang, tanda dan gejala mulut tidak bersih, cara pencegahan gigi berlubang dan mulut tidak bersih, dan cara menggosok gigi yang benar.
5. Metode pendidikan kesehatan yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab dan demonstrasi.
6. Media pendidikan dan promosi kesehatan yang digunakan, yaitu power point, alat peraga, flipchart, leaflet.

3. Hasil dan Pembahasan

Pendidikan kesehatan dengan judul “Pendidikan Kesehatan Tentang Kebersihan Gigi Mulut Pada Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah 4 Samarinda” telah terlaksana pada jumatang tanggal 25 November 2022 dengan jumlah responden sebanyak 30 orang kelas I.2 (Satu titik

Dua) Sekolah Dasar Muhammadiyah 4 kota Samarinda. Siswa yang hadir, mengikuti jalannya pendidikan kesehatan gigi dan mulut dengan baik, dari awal sampai akhir. Hasil mengenai pendidikan kesehatan tentang pendidikan kesehatan gigi dan mulut tidak diukur dengan instrumen penelitian, hanya ditanya secara lisan mengenai materi yang telah disampaikan. Dari hasil tanya jawab lisan, hasil pemahaman dari materi yang disampaikan masih kurang. Menyikat gigi adalah tindakan membersihkan gigi dan mulut dari sisa makanan dan debris yang bertujuan untuk mencegah terjadinya penyakit pada jaringan keras maupun jaringan lunak. menyikat gigi sebaiknya dua kali sehari yaitu pagi setelah makan pagi dan malam sebelum tidur.

Kebiasaan merawat gigi dengan menggosok gigi minimal dua kali sehari pada waktu yang tepat pada pagi hari setelah sarapan pagi dan malam hari sebelum tidur serta perilaku makanmakanan yang lengket dan manis dapat mempengaruhi terjadinya karies gigi. Hasil pendidikan kesehatan yang dilakukan penyuluh di SD Muhammadiyah 4 Samarinda didapatkan bahwa responden berjumlah 30 responden yang terdiri dari 15 responden Laki-Laki dan 15 responden Perempuan serta di dampingi oleh 1 orang Guru/wali kelas 1.2 SD Muhammadiyah 4 Samarinda. Pendidikan kesehatan yang diberikan secara berkelompok, dengan menggunakan kombinasi metode ceramah, tanya jawab, demonstrasi dan kuis serta menggunakan media leaflet, phantom gigi dan video yang dapat menyebabkan peningkatan pengetahuan responden terhadap kebersihan gigi dan mulut. Penggabungan metode dan media tersebut sesuai dengan tujuan dari pendidikan kesehatan ini dimana metode ceramah digunakan untuk menyampaikan pesan yang bersifat informatif dan tanya jawab sendiri memberikan kesempatan pada responden untuk mengemukakan pendapat sehingga terjadi umpan balik dari responden. Serta demonstrasi sendiri agar mengetahui sejauh mana responden mengetahui cara tentang membersihkan gigi dan mulut secara langsung dan benar.

Pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media berupa leaflet, phantom gigi dan video dimana media tersebut memperjelas ide atau pesan yang disampaikan dan menarik perhatian responden untuk memperhatikan materi yang disampaikan oleh pemateri dan selain itu juga dapat membantu mengingat kembali apa yang diajarkan, serta keuntungan pendidikan kesehatan dengan media video mampu memperbesar objek yang kecil bahkan tidak dapat dilihat secara kasat mata, dapat membuat menarik tampilan gambar sesuai ketentuan pesan yang ingin disampaikan dan mampu membuat objek disimpan dalam durasi tertentu agar audiens tertarik dan tidak bosan dalam mengikuti pendidikan kesehatan serta juga dapat

mempraktekkan dalam kehidupan mereka sehari-hari secara benar. Pada saat demonstrasi ada beberapa anak yang masih malu-malu dan ragu dalam melakukan praktik membersihkan gigi dan mulut di depan penyuluh, walaupun pada akhirnya anak tersebut mau melakukan praktik membersihkan gigi dan mulut seadanya saja dan hanya sebentar. Hal yang pertama kali dilakukan penyuluh untuk mengatasi rasa malu-malu dan ragu pada anak adalah membina rasa percaya agar hubungan yang dijalankan dengan anak dapat berlangsung dengan baik, yaitu dengan melakukan komunikasi terapeutik dan dengan cara bermain serta melakukan kontak fisik seperti sentuhan kepada anak sehingga anak menjadi percaya diri.



Gambar 2. Pemateri kegiatan pendidikan dan promosi kesehatan



Gambar 3. Penyampaian materi tentang kebersihan gigi dan mulut



Gambar 4. Pemberian hadiah bagi siswa yang aktif menjawab pertanyaan



Gambar 5. Foto bersama siswa dan wali kelas

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penyuluhan tentang “ Kesehatan Gigi Dan Mulut yang dimana target sasaran adalah anak kelas 1 Sekolah Dasar” yang dilakukan di kelas 1 Sekolah Dasar Muhammadiyah 4 Samarinda dengan total 30 siswa yang mengikuti kegiatan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan yang telah dilakukan berjalan sesuai dengan rencana. Hasil dari evaluasi kegiatan, semua siswa mampu dan antusias dalam memperhatikan materi dan bisa menjawab pertanyaan yang telah diajukan serta diharapkan dengan adanya kegiatan ini siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah 4 Samarinda khususnya kelas 1 dapat mempraktikkan perawatan gigi dengan baik.

Daftar Pustaka

Astiningsih, N. W., & Wijayanti, T. (2019). Edukasi Personal Hygine Pada Anak Usia Dini Dengan G3CTPS. *Jurnal Pesut : Pengabdian Untuk Kesejahteraan Umat Vol. 1 No. 2*, 84-92.

- Bintari, T., Prasetyowati, S., & Isnanto. (2022). Peningkatan Pengetahuan Kader UKGS Tentang Cara Menjaga Kesehatan Gigi Dan Mulut Melalui Penyuluhan (Pada Anak SD Kelas IV dan V SDN Pajuruan 2 Sampang. *Indonesian Journal Of Health and Medical Volume 2 No. 3*, 361-366.
- Nurhajilah, Nurfianti, A., & Budiharto, I. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Demonstrasi terhadap Perubahan Pengetahuan Praktik Membersihkan Gigi dan Mulut Anak Usia 4-5 Tahun di TK Mujahidin 2 Pontianak Timur. *Jurnal Untan Vol 4, No 1*, 1-9.
- Resta, S. H., Oktaviyana, C., & Iqbal, M. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak Usia Sekolah di MIN 26 Aceh Besar Tahun 2022. *Journal of Healthcare Technologi and Medicine Vol. 8 No. 2*, 904-916.
- Sari, P. E., Giri, P. R., & Utami, N. W. (Januari 2019). Hubungan perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut terhadap karies pada anak Sekolah Dasar 1 Astina Kabupaten Buleleng, Singaraja-Bali. *BDJ, Volume 3, Nomor 1*, 9-14.