

MENINGKATKAN PENGETAHUAN SISWA SD TERKAIT DENGAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT SERTA TATA CARA MENYIKAT GIGI DENGAN BENAR DI DESA SELAT, KECAMATAN SUSUT, KABUPATEN BANGLI

**I Nyoman Suparsa, Anak Agung Adi Lestari, Dewa Indra Kusuma, Ni Putu
Acintya Janmastami**

Universitas Mahasaraswati Denpasar

Email : adilestari@unmas.ac.id

ABSTRAK

Kesehatan gigi adalah salah satu aspek yang harus diberi perhatian dalam proses perawatannya. Oleh karena itu, menjaga kebersihan dan kesehatan mulut sangat dianjurkan sebelum masalah kesehatan mulut lainnya muncul. Cara yang simpel untuk menjaga kebersihan mulut adalah dengan rajin menyikat gigi menggunakan pasta gigi dan menggunakan obat kumur yang efektif dan aman. Pentingnya pemahaman seseorang terhadap menjaga kesehatan gigi dan mulut dapat dilihat dari tingkat pengetahuannya. Salah satu penyebab utama masalah kesehatan mulut pada anak adalah kurangnya pemahaman mengenai kebersihan mulut. Penyakit gigi, termasuk kerusakan gigi, umumnya terjadi pada anak-anak usia 6 hingga 11 tahun dan remaja usia 12 hingga 19 tahun. Sayangnya, hingga saat ini, perawatan kesehatan mulut anak sering diabaikan oleh orang tua. Masalah ini sudah menjadi hal biasa, dan banyak orang tua merasa tidak perlu mengambil langkah-langkah untuk menjaga kesehatan mulut anak mereka. Oleh karena itu, kami sebagai mahasiswa yang berpartisipasi dalam program Pengabdian kepada Masyarakat berusaha untuk lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan mulut sejak dini dan memberikan wawasan tentang cara menyikat gigi yang benar.

Kata Kunci : Gigi, Promosi Kesehatan, Menyikat Gigi

ABSTRACT

Dental health is one aspect that must be given attention in the treatment process. Therefore, maintaining oral hygiene and health is highly recommended before other oral health problems arise. A simple way to maintain oral hygiene is to diligently brush your teeth using toothpaste and use effective and safe mouthwash. The importance of a person's understanding of maintaining healthy teeth and mouth can be seen from his level of knowledge. One of the main causes of oral health problems in children is a lack of understanding of oral hygiene. Dental diseases, including tooth decay, commonly occur in children ages 6 to 11 and adolescents ages 12 to 19. Unfortunately, until recently, children's oral health care was often neglected by parents. This problem has become commonplace, and many parents feel no need to take steps to maintain their child's oral health. Therefore, we as students participating in the Community Service program strive to better understand the importance of maintaining oral health early and provide insight on how to brush our teeth properly.

Keywords: Teeth, Health Promotion, Brushing Teeth

ANALISIS SITUASI

Kesehatan mulut merupakan bagian integral dari kesehatan secara keseluruhan. Masalah gigi dapat memiliki dampak negatif pada kehidupan sehari-hari dan mengganggu aktivitas sehari-hari, termasuk dalam konteks tugas sekolah. Kesehatan mulut adalah masalah kesehatan yang dihadapi oleh sebagian besar populasi dunia, dengan lebih dari 3,58 miliar orang terpengaruh, terutama oleh kerusakan gigi (Oktaviani Eva, 2022). Di Indonesia, prevalensi masalah kesehatan mulut pada anak masih tinggi. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa 93% anak kecil menghadapi masalah gigi. Artinya, hanya 7% anak Indonesia yang tidak terpengaruh oleh masalah gigi. Tingginya angka kejadian penyakit gigi menekankan pentingnya program pendidikan yang ditargetkan kepada anak-anak untuk meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Kesadaran seseorang akan pentingnya kesehatan gigi tercermin dalam tingkat pengetahuannya. Salah satu penyebab utama masalah kesehatan mulut pada anak adalah kurangnya perhatian terhadap kebersihan mulut. Data mengenai perilaku menyikat gigi yang benar menunjukkan bahwa hanya 2,8% penduduk Indonesia yang rutin menyikat gigi dua kali sehari, yaitu pagi dan sore hari. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pemahaman tentang pentingnya merawat kesehatan gigi dan mulut (Palgunadi Panji, 2020).

Gigi adalah salah satu dari lima indera penting yang memerlukan perawatan khusus. Penting untuk menjaga kebersihan dan kesehatan mulut sebelum masalah kesehatan lainnya muncul. Cara sederhana untuk menjaga kebersihan adalah dengan rajin menyikat gigi menggunakan pasta gigi dan menggunakan obat kumur yang efektif serta tidak mengiritasi selaput lendir. Proses pertumbuhan gigi melibatkan berbagai tahapan, termasuk gigi susu, gigi transisi, dan gigi permanen. Antara usia 6 dan 12 tahun, gigi susu mulai tanggal dan gigi permanen mulai tumbuh. Fungsi gigi sangat penting dalam perkembangan anak, seperti membantu mengunyah makanan, mempengaruhi pertumbuhan rahang, berperan dalam pembentukan wajah, dan mendukung pengucapan kata-kata. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kurangnya perhatian terhadap kesehatan mulut dapat berdampak pada berbagai penyakit serius. Oleh karena itu, kesehatan mulut merupakan aspek penting dalam kesehatan manusia. Masalah gigi, seperti sakit gigi, jika diabaikan, dapat menyebabkan kesulitan dalam berbicara, makan, dan mempengaruhi kualitas hidup sehari-hari. Oleh karena itu, menjaga kesehatan mulut adalah suatu keharusan (Napitupulu Dewi, 2023).

Selain itu, di Desa Selat masih terdapat banyak kekurangan dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut yang memerlukan perhatian dari semua individu, khususnya anak-anak yang masih memiliki gigi susu pada usia sekolah dasar. Penyakit gigi, termasuk kerusakan gigi, adalah permasalahan yang paling sering dialami oleh anak-anak usia 6 hingga 11 tahun dan remaja usia 12 hingga 19 tahun. Sayangnya, seringkali orang tua kurang memperhatikan kesehatan mulut anak mereka. Masalah ini kerap dianggap sepele, dan para orang tua mungkin tidak menyadari dampaknya terhadap

kesehatan gigi anak di masa depan. Kerusakan gigi pada masa kanak-kanak dapat mempengaruhi kondisi gigi saat mereka dewasa nanti (Pratiwi Deviyati, 2020). Kami sadar akan dampak jangka panjang yang mungkin timbul jika anak-anak mengabaikan kesehatan mulut mereka. Oleh karena itu, kami telah memilih program yang berfokus pada pendidikan kesehatan mulut dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya merawat kesehatan gigi dan mulut, serta memberikan panduan praktis tentang cara menyikat gigi yang benar. Program ini akan menjangkau semua usia, termasuk siswa-siswa kelas 5 dan 6 sekolah dasar, serta siswa-siswa di seluruh wilayah Desa Selat.

Hasil observasi kami di SDN 1 dan SDN 2 Desa Selat menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang belum memahami dengan jelas cara menjaga kebersihan mulut, mencegah kerusakan gigi, dan teknik menyikat gigi yang benar. Selama proses ini, kami menerapkan teknik penyikatan yang disebut "teknik gerakan melingkar" atau "menyikat telepon." Pada teknik ini, bulu sikat ditempatkan tegak lurus dengan permukaan gigi di kedua rahang, lalu sikat digerakkan dalam pola gerakan melingkar. Gerakan melingkar ini mencakup seluruh area gigi dan gusi. Ketika menyikat gigi, Anda dapat mengatasi rahang atas dan bawah secara bersamaan, dengan memberikan perhatian ekstra pada gigi-gigi belakang. Meskipun gerakan umumnya berbentuk lingkaran besar, pada daerah-daerah yang sulit dijangkau, gerakan dapat diubah ke arah kanan atau kiri. Teknik ini sangat disarankan untuk anak-anak karena sederhana dan mudah dilakukan. Setelah menyikat gigi, penting untuk berkumur-kumur guna menghilangkan plak dan kotoran lainnya dari mulut Anda (Palgunadi Panji, 2020). Berdasarkan temuan observasi ini, kami, sebagai siswa, berkeinginan untuk melaksanakan program kerja yang bertujuan memberikan pemahaman dan wawasan yang lebih luas kepada siswa-siswi SDN Desa 1 Selat dan SDN Desa 2 Selat di Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli, Provinsi Bali.

1.1. Perumusan Masalah

Permasalahan prioritas yang dihadapi oleh masyarakat sasaran adalah :

1. Siswa SD masih kurang memahami tentang pentingnya menjagakebersihan gigi dan mulut sejak dini.
2. Kurangnya pengetahuan siswa-siswa SD mengenai cara menyikat gigidengan baik dan benar.

1.2. Solusi Yang Diberikan

Adapun solusi yang dapat diberikan kepada masyarakat sasaran mengenai permasalahan yang terjadi berdasarkan hasil observasi sebagai berikut :

1. Memberikan penyuluhanterhadap siswa siswa SD mengenai kesehatan gigidan mulut.
2. Memberikan pemahaman dengan melakukan demonstrasi cara menyikat gigi yang baik dan benar.

1.3. Metode Pelaksanaan

Tahapan program yang dilaksanakan atas permasalahan yang dihadapi

masyarakat di Dusun Selat Kaja Kauh, Desa Selat, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli, yakni :

1) Observasi

Tim pelaksana langsung dan mencari informasi permasalahan yang terjadi di Dusun Selat Kaja Kauh, Desa Selat, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli, yaitu dengan cara terjun langsung ke lapangan yang bertujuan untuk mendapatkan informasi secara spesifik dan jelas dengan masyarakat sasaran.

2) Penyusunan

Menyusun apa saja program kerja yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi.

3) Edukasi

- Tim pelaksana mensosialisasikan pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak usia dini dan juga mendemonstrasikan cara menyikat gigi dengan baik dan benar.
- Tim juga mengajak siswa-siswa SD untuk menyikat gigi bersama di sekolah.

Adapun beberapa metode pendekatan yang dilakukan oleh tim pelaksana, yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami masyarakat sasaran di Dusun Selat Kaja Kauh, Desa Selat, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli, yakni :

3.1 Persiapan

Pada tahap ini Tim melakukan kunjungan ke lapangan untuk mencari permasalahan yang dialami masyarakat sasaran agar mendapatkan informasi secara spesifik dan jelas.

3.2 Pelaksanaan

Tim melakukan pendekatan dengan memberikan edukasi secara langsung mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak dini dengan menggunakan sarana poster kesehatan gigi.

3.3 Evaluasi

Pada tahap ini dilakukan pendekatan dengan melakukan demonstrasi cara menyikat gigi dengan baik dan benar dan mengajak siswa SD untuk melakukan sikat gigi bersama di sekolah agar pengetahuan yang tim berikan dapat terealisasikan.

1.4. HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Siswa SDN 1 Selat dan SDN 2 Desa Selat mulai menyadari dan memahami pentingnya menjaga kesehatan mulut untuk mencegah gigi rentan mengalami kerusakan gigi. Sesi edukasi yang kami lakukan juga membantu siswa memahami cara menyikat gigi yang baik dan benar. Sebab dulu masih banyak anak yang belum memahami bagaimana cara menjaga kesehatan mulut, atau cara menyikat gigi yang baik dan benar. Dengan cara ini diharapkan siswa SD di Desa Selat Kecamatan Susut Kabupaten Bangli dapat menjaga kesehatan gigi dan mulut serta mengetahui cara menyikat gigi yang baik dan benar.

Realisasi Pencapaian Program Kerja

NO	Spesifikasi Kegiatan	Realisasi	Kendala yang dihadapi
1	Memberikan penyuluhan kepada siswa-siswa SD mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak dini.	Terlaksana	Tanpa kendala
2	Memberikan demonstrasi cara menyikat gigi dengan baik dan benar, serta mengajak siswa-siswa SD melakukan sikat gigi bersama disekolah.	Terlaksana	Tanpa kendala

1.4.1. Partisipasi Masyarakat

Penulis berkolaborasi dengan kepala sekolah SD binaan di Desa Selat Kecamatan Susut Kabupaten Bangli dalam kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Kemudian pada tahap pelaksanaan, kepala sekolah, guru dan siswa sangat antusias dengan kegiatan ini dan mereka merasa terbantu dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk mencegah kerusakan gigi sejak dini.

1.5. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan pengamatan yang kami lakukan di atas, kami dapat menyimpulkan bahwa pendidikan dan penyajian materi belajar mengajar informal yang diberikan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu upaya efektif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran di sekolah dasar. siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan mulut sejak dini dan mengetahui cara menyikat gigi yang baik dan benar.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, kegiatan penyadaran ini merupakan salah satu yang memberikan dampak positif karena dapat menambah pengetahuan anak-anak dan mengubah kebiasaan mereka tentang kesehatan gigi dan mulut sehingga setelah pembelajaran dapat meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan anak-anak di desa Selat. Harapannya, setelah siswa sekolah dasar mendapat nasehat dan bimbingan mengenai kesehatan mulut dan cara menyikat gigi, mereka mampu menerapkannya sehari-hari dan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Napitupulu, Dewi. 2023. HUBUNGAN KEBIASAAN MENYIKAT GIGI DENGAN KARIES GIGI PADA ANAK USIA SEKOLAH. Jurnal Keperawatan Priority, Vol 6 No.1. ISSN 2614-4719
- Oktaviani, Eva, *et al* .2022. Edukasi Kesehatan Gerogi (Gerakan Gosok Gigi) Untuk

- Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut Anak Pra Sekolah. *JCES (Journal of Character Education Society)* . Vol. 5 No. 2, April 2022, pp. 363-371.
- Palgunadi, Panji. 2020. Komik Sarana Promosi Kesehatan Untuk Mengubah Cara Menggosok Gigi Anak Sekolah Dasar. Universitas Mahasaraswati Press, Denpasar Bali, Indonesia
- Pratiwi, Deviyanti. 2020. PENYULUHAN PENINGKATAN KESADARAN DINI DALAM MENJAGA KESEHATAN GIGI DAN MULUT PADA MASYARAKAT TEGAL ALUR, JAKARTA. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*. Volume 2 No. 2.
- Rehena, Zasendy, *et al.* 2020. Hubungan Pengetahuan dan Kebiasaan Menggosok Gigi dengan Kejadian Karies Gigi pada Siswa SD Negeri 5 Waai Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal BIOSAINSTEK*. Vol. 2 No. 2, 1– 5.