

## **GIZI, KESEHATAN GIGI-MULUT DAN DOKTER GIGI KECIL DI SDN 1 KETEWEL, SUKAWATI, GIANYAR**

**I Gusti Ayu Ari Agung, Dewa Made Wedagama, Ria Koesoemawati**

Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Mahasaraswati Denpasar

*Email : ayuariagung@gmail.com*

### **ABSTRAK**

Gizi dan kesehatan gigi-mulut memiliki hubungan yang sangat erat, terutama pada anak-anak yang sedang mengalami fase tumbuh kembang. Kesehatan gigi-mulut membutuhkan kecukupan nutrisi yang seimbang. Masalah tingkat kesehatan gigi dan mulut di SDN 1 Ketewel masih rendah, hal ini didukung oleh data dari Puskesmas, serta wilayah Puskesmas Pembantu Desa Ketewel tidak terjangkau ke seluruh desa Ketewel. Sehingga mengakibatkan kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan gigi-mulut, akhirnya mempengaruhi kesehatan gigi dan mulut. Sekolah ini ternyata sangat membutuhkan taman tumbuhan obat untuk kesehatan gigi dan mulut. UKS mitra juga belum memiliki buku-buku kesehatan, poster dan lain-lainnya tentang kesgilut maupun buku-buku kesehatan yang lainnya, seperti gizi dan tumbuhan obat untuk kesehatan gigi dan mulut. Kegiatan penerapan ipteks meliputi penyuluhan, pelatihan dan pendampingan siswa sekolah dalam penanggulangan kesehatan gigi-mulut. Selanjutnya secara rutin dilaksanakan monitor dan evaluasi pelaksanaan program. Target khusus yang sudah dicapai adalah keberadaandokter gigi kecil, kelestarian taman tumbuhan obat keluarga (TOGA) kesehatan gigi-mulut. Siswa tanggap penanggulangan kesehatan gigi-mulut, perpustakaan kesehatan gigi-mulut, publikasi ilmiah di journal, pemakalah dalam temu ilmiah, dan bukuteks.

**Kata kunci** : Gizi, TOGA kesehatan gigi-mulut, dokter gigi kecil

### **ABSTRACT**

*Nutrition and orodental health have significant relationship, especially in children who are experiencing the growth stage. Orodental health requires a balanced nutritional adequacy. Orodental health issues at SDN 1 Ketewel are low, this is supported by data from Puskesmas, as well as the Ketewel area of Ketewel village Puskesmas Pembantu is not affordable to the whole Ketewel village. So as to result in lack of knowledge of nutrition and orodental health, finally affecting orodental health. This school is in dire need of garden of family medicinal plants (TOGA) for orodental health. UKS partners also do not have health books, posters and others about orodental health and other health books, such as nutrition and medicinal plants for orodental health. The implementation of science and technology activities involves counseling, training and mentoring of school students in the prevention of oraldental health. Furthermore, routinely monitor and evaluate the implementation of the program. The special target that has been achieved is the existence of a small dentist. sanctuary garden TOGAconservation. Responsible students for eradication, oradental health library, scientific publications, speakers in scientific meetings, teks books.*

**Keywords:** *Nutrition, TOGA for orodental healthy, small dentist*

## PENDAHULUAN

Masalah tingkat kesehatan gigi dan mulut di SDN 1 Ketewel masih rendah, hal ini didukung oleh data dari Puskesmas. Serta wilayah Puskesmas Pembantu Desa Ketewel tidak terjangkau ke seluruh desa Ketewel, sehingga mengakibatkan kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan gigi dan mulut (kesgilut). Sesuai pernyataan Dinkes (2013) bahwa gizi, kesehatan gigi dan mulut mempunyai peranan penting bagi kesehatan dan kesejahteraan tubuh secara umum. Gangguan yang terjadi baik pada jaringan keras maupun pada jaringan pendukung gigi akan berdampak pada produktivitas seseorang.

Materi pelajaran di SDN 1 Ketewel masih sangat minim muatan tentang kesehatan gigi dan mulut, bisa juga disebutkan hampir tidak ada yang memuat materi kesgilut. Pendidikan kesehatan gigi dan mulut menjadi penting untuk meningkatkan status kesehatan gigi dan mulut pada anak-anak di SDN 1 Ketewel, beberapa strategi yang bisa dilaksanakan adalah penyuluhan tentang gizi kesgilut, perawatan kesgilut, termasuk Tumbuhan Obat Keluarga (TOGA) kesgilut. Pemasangan poster-poster tentang kesgilut di tempat-tempat strategis seperti di ruangan UKS, perpustakaan dan lain-lain.

Faktor kurangnya pemanfaatan lahan pekarangan untuk TOGA, yang bermanfaat untuk kesehatan gigi dan mulut (kesgilut), sehingga juga menyebabkan tingkat kesehatan gigi dan mulut di SDN 1 Ketewel menjadi rendah. Faktor lemahnya sistem budidaya pertanian, rendahnya inovasi teknologi produksi dan pengolahan produk pasca panen TOGA untuk kesgilut, sehingga menyebabkan kesgilut.

Permasalahan tersebut di atas harus segera diatasi dengan pendampingan teknologi inovasi hasil-hasil riset Perguruan Tinggi secara terencana dalam bentuk Program Kemitraan Masyarakat (PKM). Temuan teknologi hasil riset di Universitas Mahasaraswati Denpasar, khususnya di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Mahasaraswati Denpasar (FKG Unmas Denpasar) yang terkait dengan permasalahan tersebut penting segera diimplementasikan seperti TOGA organik kesgilut (obat kumur, obat oles, benang gigi, sikat gigi). Serta manajemen kesgilut untuk mengatasi permasalahan kesgilut di SDN 1 Ketewel.

Permasalahan tentang kesgilut yang ditemui di SDN 1 Ketewel adalah

- a. Masih rendahnya pengetahuan kesgilut
- b. Belum memiliki program dan pengetahuan TOGA kearifan lokal untuk kesgilut
- c. Belum memiliki taman TOGA kearifan lokal untuk kesgilut
- d. Belum memiliki pengetahuan pengolahan TOGA kearifan lokal untuk kesgilut
- e. Belum memiliki program penyuluhan gizi, kesehatan gigi dan mulut
- f. Belum memiliki pustaka kesehatan, utamanya untuk buku-buku gizi, kesgilut.

Oleh karena itu permasalahan kesgilut prioritas di SDN 1 Ketewel yang harus ditangani adalah :

- a. Peningkatan pengetahuan tentang kesgilut, gizi dan diet (Ari Agung, 2016; Budiharti, 2010; Merrit *et al.*, 2007).

- b. Peningkatan pengetahuan dan pelatihan dokter gigi kecil (Ika, 2016; Ririn, 2016)
- c. Peningkatan pengetahuan TOGA kesgilut (Ari Agung, 2015)

Tujuan umum jangka panjang kegiatan PKM ini adalah menjadikan desa Ketewel selaku desa binaan LPPM Unmas Denpasar menjadi desa bebas karies gigi tahun 2025, meningkatnya kesgilut, serta keberadaan dokter gigi cilik. Sedangkan tujuan khusus jangka pendek adalah pendampingan IPTEKS bagi mitra SDN 1 Desa Ketewel.

Kegiatan-kegiatan ini penting mengingat hasil-hasil riset yang telah dihasilkan di Unmas Denpasar secara empiris terbukti mampu menghasilkan produk terapan yang signifikan mempengaruhi kesehatan gigi dan mulut. Beberapa hal yang menjadi akar permasalahan dan dibutuhkan dari hasil wawancara dengan kelompok Mitra saat ini adalah SD 1 Ketewel memerlukan kader dokter gigi kecil, taman TOGA kesgilut, dan teknologi pangan fungsional TOGA kesgilut untuk dapat meningkatkan kesgilut warga SD 1 Ketewel.

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang ditawarkan pada pelaksanaan kegiatan PKM ini adalah penyuluhan, pelatihan, pembuatan unit percontohan dan model implementasi teknologi tepat guna hasil-hasil riset. Tim pelaksana sebagai upaya penyelesaian masalah, yang ditindaklanjuti dengan monitoring dan evaluasi, serta model implementasi.

Metode pendekatan untuk meningkatkan kemampuan sumber daya manusia adalah pelatihan, pendampingan,

dan monitoring. Metode ini diawali dengan pelatihan berupa teori, dilanjutkan dengan pendampingan dalam uji coba terbatas dan mengarah ke kemandirian.

Sosialisasi dilaksanakan secara klasikal, yaitu menghadirkan peserta dalam suasana “*kelas belajar*” . Peserta dari kegiatan adalah guru, dan siswa.

Mitra dari kegiatan ini adalah siswa SDN 1 Ketewel, Gianyar. Selanjutnya seluruh siswa dibimbing dan dilatih secara penuh untuk menerapkan teknologi dan pelatihan yang dianjurkan. Sehingga dari kegiatan ini dapat menghasilkan dokter gigi kecil, siswa peduli gizi, kesehatan gigi dan mulut, yang menjadi sentra informasi bagi siswa yang lainnya, guru, pegawai, maupun masyarakat lainnya.

Pembentukan kader dokter kecil diambil dari siswa kelas IV dan V yakni sejumlah 7 orang siswa. Alasannya menggunakan siswa kelas IV dan V adalah mereka sudah lancar membaca, bisa berkomunikasi lancar dan aktif, dan mempunyai kesempatan yang lama untuk menyebarkan informasi ke teman-temannya.

Penyuluhan kader dokter gigi kecil tentang pengetahuan gizi, kesehatan gigi dan mulut. Isi penyuluhan adalah tentang pengetahuan kesehatan gigi dan mulut antara lain anatomi gigi dan mulut, cara merawat gigi, kebiasaan buruk yang berhubungan dengan kesgilut, makanan yang baik untuk kesehatan gigi dan mulut.

### **TARGET DAN LUARAN**




Hasil capaian dari penerapan IPTEKS tepat guna adalah sejauh mana solusi dan target luaran berupa indikator dari pemecahan masalah tercapai. Target capaian luaran yang telah dicapai pada program ini adalah peningkatan kesgilut

siswa, peningkatan penerapan IPTEKS kesgilut, TOGA kesgilut, artikel presentasi seminar, 2 publikasi ilmiah pada jurnal ber-ISSN, 2 buku teks ber-ISBN dan 2 sertifikat Hak Cipta. Target luaran pelaksanaan program ini secara umum adalah keberhasilan mitrabersama-sama meningkatkan kesgilut, melalui pemberdayaan peserta didik, yang ditunjuk sebagai dokter gigi kecil. Disamping itu

dilaksanakan pembangunan taman TOGA kesgilut, untuk melatih anak-anak untuk lebih dekat dengan alam, untuk menyelesaikan permasalahan kesgilut dengan mudah, cepat dan murah. Penjabaran aspek pelaksanaan program, luaran target program yang telah dilaksanakan disajikan dalam Tabel 1 berikut.

**Tabel 1. Target Pencapaian**

<b>Penyuluhan dan Pendampingan</b>	<b>Hasil dan Dampak Pelatihan</b>
<p>Pertemuan dengan Kepala Sekolah dan Guru-Guru, Penjelasan Program Abdimas</p> 	<p>Program Abdinas dapat diterima dengan baik, dan dapat dilaksanakan</p>
<p>Penyerahan bantuan sikat gigi dan pasta gigi</p> 	<p>Bantuan sikat gigi dan pasta gigi dapat diterima dengan baik, sehingga program kesgilut dapat berhasil dengan baik.</p>
<p>Penyuluhan kesgilut dan pendampingan pada 7 dokter gigi kecil</p> 	<p>Dengan penuh perhatian para dokter gigi kecil mendengarkan penyuluhan dari dokter gigi Unmas. Meningkatnya pengetahuan kader dokter gigi kecil tentang kesehatan gigi dan mulut, serta ketrampilan dokter gigi kecil dalam melakukan pemeriksaan gigi dan mulut. Pengetahuan dan keterampilan ini disebarluaskan pada siswa lainnya atau masyarakat di lingkungannya.</p>

<p>Penyerahan buku-buku gizi, kesgilut kepada Guru UKGS</p> 	<p>Buku-buku gizi, kesgilut untuk perpustakaan UKGS diterima dengan baik, dapat mendukung keberhasilan program kesgilut. Produk buku gizi, kesgilut untuk kegiatan UKGS.</p>
<p>Penyerahan bibit TOGA kesgilut kepada guru-guru UKGS</p> 	<p>Bibit-bibit TOGA kesgilut diterima dengan baik. Dapat mendukung keberadaan Taman TOGA kesgilut SDN 1 Ketewel</p>
<p>Foto bersama dengan dokter gigi kecil</p> 	<p>Para siswa dokter gigi kecil nampak antusias dan senang mengikuti penyuluhan dan pendampingan kesgilut. Meningkatnya status kesehatan gigi dan mulut dan perilaku (pengetahuan, sikap, tindakan) siswa sekolah sehingga dapat mendukung kesehatan umum.</p>

Laporan akhir, buku teks dan 2 artikel yang akan diterbitkan pada 2 jurnal ilmiah, setelah pengabdian dilaksanakan monitor dan evaluasi..

**HASIL YANG DICAPAI**

**Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan dilakukan mulai dari survey, koordinasi dengan Guru Koordinator UKGS SDN 1 Ketewel. Penyuluhan dan pelatihan tentang kesehatan gigi dan mulut diberikan kepada

seluruh siswa kelas IV dan V, kemudian dihasilkan 7 dokter gigi kecil.

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan ceramah kombinasi dengan metode alat bantu gambar-gambar dan model gigi serta demonstrasi menyikat gigi. Kegiatan pengabdian ini ternyata menarik perhatian peserta, mereka tampak memperhatikan ceramah serta mendengarkan dan demonstrasi yang disampaikan dengan antusias dan tertib. Hal ini dapat dilihat dari pertanyaan dan keingintahuan mereka tentang kesehatan gigi dan mulut.



Kegiatan selanjutnya adalah pendampingan untuk mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan oleh pengabdian.

### **Gambaran Umum Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut untuk Guru UKGS, Siswa dan Dokter Gigi Kecil**

Kesehatan gigi dan mulut sangat penting dan harus dijaga sejak dini. Gigi dan mulut yang tidak terawat akan menyebabkan berbagai penyakit. Mulut adalah tempat berkembangnya bakteri. Jika mulut tidak dibersihkan secara rutin, maka akan mendatangkan berbagai masalah mulut, seperti bau mulut, plak pada gigi, gigi menguning, dan lain lain. Maka dari itu, sejak kanak-kanak, harus senantiasa merawat dan membersihkan mulut dan gigi dengan teratur.

Masalah kesehatan gigi dan mulut yang umumnya terjadi pada anak-anak usia Sekolah Dasar (SD) adalah kerusakan gigi. Usia anak-anak adalah saatnya fase gigi campuran. Kondisi tersebut membuat gigi anak rentan terkena masalah, seperti gigi berlubang. Untuk mengatasi hal tersebut, maka anak-anak senantiasa diberi penjelasan dan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut. Salah satu rangkaian program tersebut adalah usaha pembentukan kader-kader dokter gigi kecil yang merupakan bagian dari Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS), keberadaannya perlu mendapat perhatian yang maksimal (Houwink *et al.*, 1993).

Kader dokter gigi kecil sekolah adalah seorang individu yang terorganisir dalam kurun waktu tertentu dan selama itu kualitasnya terus ditingkatkan guna mencapai suatu tujuan yaitu peningkatan kualitas kesgilit (Depkes RI, 1999). Hal yang mendasari pentingnya kegiatan

pelatihan dokter gigi kecil adalah anak usia sekolah yang merupakan bagian yang besar dari penduduk Indonesia. Anak-anak sekolah adalah dalam taraf pertumbuhan dan perkembangan sehingga masih mudah dibina dan dibimbing (Entjang, 2000).

Materi penyuluhan kesehatan gigi dan mulut yang ringan untuk guru UKGS dan dokter gigi kecil anak, sebagai berikut :

#### **Fungsi Gigi**

a. Fungsi Gigi di dalam Mulut :

- 1) Mengunyah : merupakan fungsi gigi yang paling penting, karena untuk pencernaan yang sempurna perlu pengunyahan yang baik.
- 2) Berbicara : susunan gigi yang teratur dan lengkung gigi yang baik memungkinkan pengucapan kata-kata yang jelas dan benar. Pada orang yang perongos gigi depannya atau yang hilang giginya, pengucapan beberapa kata disertai bunyi berdesis.
- 3) Bentuk muka yang harmonis : dua pertiga wajah kita dibentuk oleh rahang atas dan rahang bawah. Letak dan susunan gigi yang teratur mempunyai pengaruh yang baik terhadap pertumbuhan rahang, sehingga terjadi keharmonisan bentuk muka.

b. Fungsi dan bentuk gigi :

- 1) Gigi seri : terletak pada bagian depan rahang dan diperlukan untuk memotong atau menggunting makanan.
- 2) Gigi taring : letak di sudut mulut dan diperlukan untuk mencabik makanan
- 3) Gigi geraham kecil : letak di belakang gigi taring, bersama dengan

gigi gerahan besar diperlukan untuk menghaluskan makanan.

- 4) Gigi geraham besar : letaknya di bagian samping dari susunan gigi atau setelah gigi geraham kecil, bersama dengan gigi geraham kecil diperlukan untuk menghaluskan makanan.

### **Kelainan yang Sering Terjadi dalam Rongga Mulut**

- a. Gigi Berlubang (Karies)  
Kelainan pada gigi yang sering dijumpai berupa lubang-lubang pada gigi (karies), berupa rusaknya lapisan email gigi karena asam sebagai hasil pembusukan sisa-sisa makanan oleh bakteri dalam mulut.
- b. Kelainan pada Gusi
- c. Karang Gigi  
Karang gigi inilah menjadi tempat mengumpulnya bakteri-bakteri dan sangat berbahaya untuk kesehatan gigi.

### **Cara Mencegah Penyakit Gigi dan Mulut**

- a. Menggosok gigi. Waktu menyikat gigi yang baik (minimal 2 kali sehari) yaitu sesudah makan pagi dan sebelum tidur malam.
- b. Makan makanan yang bergizi (gizi seimbang)
- c. Memeriksa gigi ke dokter gigi secara teratur

### **Cara Menggosok Gigi**

- a. Menyikat gigi dengan benar dan teratur, yang diikuti dengan berkumur-kumur dengan air bersih.
- b. Pilih sikat gigi dengan tangkai yang lurus dan mudah dipegang
- c. Kepala sikat gigi harus kecil

- d. Bulu sikat gigi harus sama panjang, permukaan datar, lembut dan terbuat dari bahan nylon
- e. Pasta gigi yang mengandung flour, membantu dalam membersihkan gigi dan memberikan rasa yang segar dalam mulut sesudah menyikat gigi
- g. Permukaan kunyah gigi digosok dengan gerakan maju mundur
- h. Permukaan gigi yang menghadap pipi digosok dengan gerakan berputar dengan kedua rahang terkatup
- i. Permukaan gigi sebelah dalam, arah menyikatnya sesuai dengan arah tumbuh gigi.
- j. Menyikat gigi segera sesudah makan
- k. Sikat gigi tiap-tiap bagian paling sedikit 10 kali
- l. Kumurlah baik-baik dengan air bersih

### **Pembinaan Unit Kegiatan Gigi Sekolah (UKGS)**

UKGS adalah suatu komponen dari UKS yang merupakan suatu paket pelayanan asuhan sistemik yang ditujukan bagi anak usia sekolah dalam bentuk pelayanan promotif, preventif. Upaya promotif yang dilaksanakan di UKGS lebih mengarah pada upaya peningkatan kesehatan gigi dan mulut dengan pendekatan pendidikan kesehatan gigi dan mulut. Upaya ini dilakukan dengan cara melakukan penyuluhan dalam upaya peningkatan derajat kesehatan gigi dan mulut murid SD dan melakukan pelatihan kader kesehatan gigi di SD/dokter gigi kecil.

Upaya preventif menyikat gigi yang baik, mengajarkan kumur-kumur dengan larutan flour (topikal aplikasi). Upaya promotif dan preventif ini dilaksanakan untuk seluruh murid kelas IV dan V. Kenyataan di lapangan kegiatan promotif dan preventif belum bisa dilaksanakan dengan

baik, karena kekurangan dana/biaya dan bahan, serta peralatan. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Sariyem (2011) bahwa pelayanan preventif pada program UKGS baru berjalan 37%, berarti masih jauh dari standar. Disarankan untuk melengkapi peralatan dan bahan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Kegiatan pengabdian yang telah dilakukan oleh tim pengabdian tentang gizi, kesehatan gigi dan mulut pada siswa kelas IV dan V berjalan lancar serta mendapatkan respon yang sangat positif. Terpilih 7 dokter gigi kecil. Para siswa dan dokter gigi kecil sangat antusias mendengarkan penyuluhan, pelatihan dan pendampingan. Selanjutnya kader dokter gigi kecil dapat melakukan *transfer knowledge* kepada teman-teman di sekolah maupun di rumah, sehingga status gizi, kesehatan gigi dan mulut menjadi lebih baik

### Saran

Dalam Program Usaha Kesehatan Gigi Sekolah memberikan informasi dalam pembiasaan menyikat gigi dengan cara yang benar. Menanamkan kesadaran menjaga *Oral Hygiene* menjaga kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut sejak dini. Jadi, diharapkan semua siswa SD agar rajin menggosok gigi sebelum makan sesudah makan, sebelum tidur, bangun tidur, serta dengan cara menggosok gigi dengan tata cara yang baik dan benar. Disarankan ada kegiatan promotif lainnya yang berkesinambungan yang bertujuan untuk mengubah perilaku masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ari Agung, IGA. (2016). *Keanekaragaman TOGA dan Pemanfaatannya sebagai Pangan Terapi di Desa Peninjauan Denpasar Utara*. Denpasar. Pascasarjana Unmas.
- Ari Agung, IGA., Nurlitasari, DF. (2016). Gizi, Diet dan Kesehatan Gigi Anak. *Interdental* Vol. 12, No 1.
- Budiharto. (2010). *Pengantar Ilmu Perilaku Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan Gigi*. Jakarta. EGC.
- Depkes RI. (2013). *Riset Kes Dasar*, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Gede Putra, IGN., Ari Agung, IGA. (2015). *Pengelolaan Sampah Medis di UPT Kesmas Payangan Ditinjau dari Konsep Kesehatan Tri Hita Karana Terbaru*. *J. Alam Lestari* Vol.4 No.1.
- Houwink, B. (1993). *Ilmu Kedokteran Gigi Pencegahan*. Jogyakarta. Gajahmada University Press.
- Ika. (2016). Mahasiswa UGM Inisiasi Dokter Gigi Kecil. <http://ugm.ac.id/id/newsPdf/ii831-mhs-ugm.inisiasi.doktergigikecil>
- Merrit, J. and Qi, F., Shi, W. (2007). Milk and Oral Health. *Dental Abstracts*, Vol. 52 No. 1.
- Ririn, NF. (2016). *Tingkatkan Kesehatan Gigi dan Mulut, Unjani Latih Dokter Gigi Cilik*. [www.pikiran.rakyat.com](http://www.pikiran.rakyat.com)
- Sariyem. (2011). *Analisis Implementasi Program UKGS dalam Pelayanan Promotif, Preventif di Puskesmas Semarang (Tesis)*. Semarang. Undip.