

Peningkatan Kesehatan Gigi Anak Melalui Edukasi Dan Pendampingan Menyikat Gigi Yang Benar

Ni Putu Yuria Mendra^{1)*}, Ida Ayu Ratih Manuari²⁾, Made Doni Permana Putra³⁾, Gede Bagus Brahma Putra⁴⁾, Putu Novidiyanti⁵⁾, Ni Made Dwi Ariani⁶⁾

Universitas Mahasaraswati Denpasar

E-mail: yuriamendra@unmas.ac.id*

ABSTRAK

Kesehatan gigi dan mulut yang baik memainkan peran mendasar dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan kualitas hidup anak secara keseluruhan. Namun demikian, banyak siswa sekolah dasar masih menunjukkan keterbatasan pengetahuan dan keterampilan yang tidak memadai dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut yang baik, yang meningkatkan kerentanan mereka terhadap karies gigi, penyakit gusi, dan masalah kesehatan gigi dan mulut lainnya. Program pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengatasi tantangan-tantangan ini dengan meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan praktis anak-anak dalam perawatan gigi dan mulut melalui pendidikan yang terarah dan panduan terstruktur tentang teknik menyikat gigi yang benar. Pelaksanaan program ini melibatkan beberapa tahap: observasi awal dan penilaian kebutuhan, penyampaian sesi edukasi kesehatan gigi dan mulut interaktif, demonstrasi langsung metode menyikat gigi yang benar, dan pembagian sikat gigi dan pasta gigi untuk mendorong praktik berkelanjutan di rumah. Inisiatif ini dilakukan bekerja sama dengan guru, administrator sekolah, dan pemerintah desa setempat untuk memastikan partisipasi aktif dan dukungan masyarakat. Evaluasi pasca-kegiatan menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan 80% peserta menunjukkan teknik menyikat gigi yang benar dan peningkatan pemahaman tentang prinsip-prinsip kesehatan gigi dan mulut. Selain perubahan perilaku langsung, program ini menumbuhkan sikap positif terhadap perawatan gigi pribadi dan menyoroti perlunya mengintegrasikan pendidikan kesehatan mulut rutin ke dalam kurikulum sekolah sebagai strategi pencegahan untuk kesejahteraan jangka panjang.

Kata kunci: anak sekolah dasar, edukasi menyikat gigi, kebersihan gigi, kesehatan mulut, pengabdian masyarakat,

ABSTRACT

Good oral health plays a fundamental role in supporting children's overall growth, development, and quality of life. Nevertheless, many elementary school students still exhibit limited knowledge and inadequate skills in maintaining proper dental hygiene, which increases their susceptibility to dental caries, gum disease, and other oral health issues. This community service program was designed to address these challenges by enhancing children's awareness, knowledge, and practical skills in oral care through targeted education and structured guidance on correct toothbrushing techniques. The program implementation involved several

**Ni Putu Yuria Mendra, Ida Ayu Ratih Manuari, Made Doni Permana Putra,
Gede Bagus Brahma Putra, Putu Novidiyanti, Ni Made Dwi Ariani**

stages: preliminary observation and needs assessment, the delivery of interactive oral health education sessions, hands-on demonstrations of proper toothbrushing methods, and the distribution of toothbrushes and toothpaste to encourage sustained practice at home. The initiative was conducted in collaboration with teachers, school administrators, and local village authorities to ensure active participation and community support. A post-activity evaluation revealed a significant improvement, with 80% of participants demonstrating correct brushing techniques and an increased understanding of oral health principles. Beyond immediate behavioral change, the program fostered a positive attitude toward personal dental care and highlighted the necessity of integrating regular oral health education into the school curriculum as a preventive strategy for long-term well-being.

Keywords: elementary school children, toothbrushing education, dental hygiene, oral health, community service,

PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut merupakan salah satu aspek penting dari kesehatan umum yang memberikan kontribusi signifikan terhadap kualitas hidup manusia. Pada anak-anak, kesehatan gigi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengunyah dan berbicara, tetapi juga memengaruhi perkembangan fisik, sosial, dan psikologis. Gigi yang sehat membantu anak mengonsumsi makanan bergizi dengan baik, mendukung pertumbuhan optimal, meningkatkan rasa percaya diri, serta mencegah terjadinya penyakit sistemik yang dapat bermula dari infeksi pada rongga mulut.

Namun, permasalahan gigi dan mulut masih menjadi salah satu isu kesehatan yang cukup memprihatinkan di Indonesia. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan RI, prevalensi masalah gigi dan mulut pada anak usia sekolah cukup tinggi, dengan salah satu keluhan terbanyak adalah gigi berlubang (*dental caries*). Kondisi ini diperparah oleh minimnya kesadaran anak untuk menjaga kebersihan gigi, rendahnya pengetahuan tentang teknik menyikat gigi yang benar, serta kurangnya kebiasaan menyikat gigi secara teratur, terutama setelah sarapan dan sebelum tidur.

Hasil observasi dan wawancara awal dengan perangkat desa dan pihak sekolah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa taman kanak-kanak di wilayah pengabdian belum memahami cara merawat kesehatan gigi secara tepat. Banyak di antara mereka hanya menyikat gigi sekali sehari atau bahkan tidak menyikat gigi secara rutin. Teknik menyikat gigi yang digunakan pun belum sesuai dengan standar kesehatan gigi, sehingga tidak efektif membersihkan plak yang menjadi penyebab utama kerusakan gigi dan penyakit gusi.

Faktor-faktor yang memengaruhi rendahnya kesehatan gigi anak antara lain kurangnya program edukasi kesehatan gigi di sekolah, terbatasnya peran orang tua dalam membimbing anak menyikat gigi di rumah, serta rendahnya ketersediaan sarana seperti sikat gigi dan pasta gigi yang sesuai dengan kebutuhan anak. Kondisi ini memerlukan intervensi yang tepat melalui kegiatan edukasi berbasis sekolah, dengan pendekatan yang menyenangkan dan interaktif, agar anak dapat memahami dan mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat secara konsisten.

Melihat permasalahan tersebut, tim pengabdian kepada masyarakat merancang program "Peningkatan Kesehatan Gigi Anak melalui Edukasi dan Pendampingan Menyikat Gigi yang Benar" yang dilaksanakan pada siswa taman kanak-kanak. Program ini tidak hanya memberikan pengetahuan teoritis tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi, tetapi juga memberikan pelatihan langsung (*hands-on practice*) teknik menyikat gigi yang tepat, serta pembagian sikat dan pasta gigi sebagai bentuk dukungan sarana. Dengan kolaborasi antara pihak sekolah, perangkat desa, dan masyarakat, kegiatan ini diharapkan mampu membentuk perilaku positif yang berkelanjutan, sehingga kesehatan gigi anak dapat terjaga dan kualitas hidup mereka meningkat.

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral dari kesehatan umum yang tidak dapat dipisahkan. World Health Organization (WHO) menegaskan bahwa kesehatan gigi yang baik berkontribusi terhadap kesehatan fisik, mental, dan sosial seseorang, serta memungkinkan individu berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari (WHO, 2022). Pada anak usia taman kanak-kanak, kesehatan gigi yang terjaga tidak hanya membantu proses pengunyahan dan bicara, tetapi juga berdampak pada kepercayaan diri dan prestasi belajar (Petersen, 2016).

Salah satu masalah kesehatan gigi yang paling umum terjadi pada anak adalah gigi berlubang (*dental caries*). Menurut Riskesdas Kementerian Kesehatan RI (2018), prevalensi karies pada anak usia 5–12 tahun di Indonesia mencapai lebih dari 90%. Penyebab utama karies adalah penumpukan plak yang dihasilkan oleh bakteri dari sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi. Plak yang tidak dibersihkan secara efektif dapat memicu demineralisasi enamel gigi dan peradangan gusi.

Perilaku menyikat gigi yang benar menjadi kunci utama pencegahan masalah gigi. American Dental Association (ADA) merekomendasikan menyikat gigi minimal dua kali sehari, pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, menggunakan teknik menyikat gigi yang benar, serta menggunakan pasta gigi berfluorida (ADA, 2021). Teknik yang tepat meliputi

gerakan memutar atau *circular motion*, penyikatan permukaan gigi secara menyeluruh, dan durasi minimal dua menit.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan gigi berbasis sekolah terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan menyikat gigi anak. Penelitian oleh Herijulianti dkk. (2017) menemukan bahwa metode edukasi yang disertai demonstrasi langsung mampu meningkatkan keterampilan menyikat gigi hingga lebih dari 75% pada siswa Taman Kanak-Kanak. Selain itu, studi yang dilakukan oleh Marlina dan Syahrul (2020) menyatakan bahwa pendampingan berulang selama periode tertentu dapat memperkuat kebiasaan menyikat gigi yang benar dan mengurangi insidensi karies.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada edukasi dan pendampingan menyikat gigi sejalan dengan konsep pendidikan promotif dalam bidang kesehatan, yaitu upaya meningkatkan kemampuan masyarakat melalui penyuluhan dan pelatihan agar mereka mampu memelihara kesehatan secara mandiri (Notoatmodjo, 2012). Pendekatan ini memanfaatkan interaksi langsung, simulasi, dan pemberian media pendukung seperti sikat gigi dan pasta gigi untuk memperkuat pesan kesehatan. Program berbasis sekolah yang melibatkan guru, orang tua, dan komunitas sekitar berpotensi memberikan dampak yang berkelanjutan terhadap perilaku kesehatan gigi anak.

Penanganan krisis ekonomi saat ini. Pendapat dari Gibson-Graham (1996) tentang konsep pemberdayaan ekonomi masyarakat dapat dikembangkan melalui pemberdayaan sumber daya lokal. Mitra Polinema yaitu desa Mitra salah satunya desa Duwet, maupun tenant incubator bisnis ETU Polinema keduanya merupakan kelompok masyarakat yang berperan penting dalam mendorong terciptanya kesejahteraan masyarakat, yang memiliki potensi sumberdaya cukup besar. Hal tersebut membutuhkan dukungan untuk membangun pemberdayaan masyarakat demi terciptanya kesejahteraan ekonomi.

Suryono dkk (2018) menjelaskan tentang packaging merupakan proses yang berkaitan dengan perancangan dan pembuatan wadah atau pembungkus suatu produk, untuk meningkatkan penjualan, yang harus memiliki keunikan atau ciri khas dari produk. Herudiansyah (2015) menyatakan bahwa kemasan produk mempunyai peranan penting dalam penjualan, di mana kemasan bukan hanya sebagai pembungkus, tetapi juga bisa dijadikan sebagai salah satu alat promosi efektif.

Kemasan tidak hanya melindungi dari kerusakan atas barang/ produk yang dijual. Lebih

dari hal itu, bahwa kemasan harus memberikan informasi terkait dengan identitas barang, kegunaan barang, cara penyajian, keamanan penyimpanan, keamanan bahan kemasan, keamanan produk, nilai gizi/ kandungan bahan kimia, informasi allergen, legalitas produk, dan informasi lainnya yang bisa memberikan edukasi lebih kepada konsumen. Informasi yang seharusnya ada didalam sebuah kemasan di sesuaikan dengan kebutuhan konsumennya. Kemasan bisa digunakan sebagai media promosi dan branding sebuah produk. Hal ini dilakukan melalui desain bentuk, warna, Logo, tulisan, jenis font, dan sebagainya. Sebuah kemasan sangat penting dan harus informatif. Terkadang dalam membeli barang, konsumen tertarik pada kemasan produknya. Oleh karena itulah, sangat penting memperhatikan kemasan produk secara optimal untuk meningkatkan nilai/ value dari produk yang dipasarkan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada siswa Taman Kanak-Kanak Bhuana Kumara, Desa Dangin Puri Kangin Denpasar pada bulan Juli 2025. Peserta terdiri dari siswa taman kanak-kanak dengan dukungan penuh dari pihak sekolah, guru, dan perangkat desa. Program menggunakan pendekatan partisipatif yang melibatkan mitra secara aktif pada setiap tahap kegiatan. Pelaksanaan program dibagi menjadi beberapa tahap berikut:

Observasi dan Identifikasi Masalah yang dilakukan oleh Tim pengabdian melakukan pengamatan langsung dan wawancara dengan pihak sekolah serta perangkat desa untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa terkait kesehatan gigi, serta teknik menyikat gigi yang biasa dilakukan. Berdasarkan hasil observasi, disusun rancangan kegiatan yang meliputi penyuluhan kesehatan gigi, demonstrasi teknik menyikat gigi yang benar, dan pembagian alat kebersihan gigi. Materi dirancang sesuai dengan tingkat pemahaman anak usia taman kanak-kanak.

Edukasi dan Penyuluhan Interaktif dilakukan dengan penyampaian materi tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dilakukan melalui ceramah interaktif, penggunaan media visual, dan permainan edukatif agar peserta lebih tertarik dan mudah memahami pesan yang disampaikan. Demonstrasi dan Praktik Langsung. Tim memberikan demonstrasi teknik menyikat gigi yang benar sesuai rekomendasi medis, kemudian peserta melakukan praktik langsung dengan pendampingan.

Distribusi Alat Kebersihan Gigi dengan cara setiap peserta menerima sikat gigi dan pasta gigi untuk mendukung penerapan kebiasaan sehat di rumah. Evaluasi keberhasilan program menggunakan dua indikator utama, yaitu Peningkatan Pengetahuan diukur melalui observasi teknik menyikat gigi yang dilakukan peserta setelah pelatihan. Seluruh kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan edukasi partisipatif, bahasa yang komunikatif sesuai usia peserta, serta suasana belajar yang menyenangkan. Pendekatan ini bertujuan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk kebiasaan positif yang dapat dipertahankan dalam jangka panjang.



Gambar 1. Edukasi Teori terhadap Peserta



Gambar 2. Praktik Menyikat Gigi yang Benar



Gambar 3. Foto Bersama dengan Peserta

Kegiatan pemberian edukasi tentang Kesehatan gigi serta memberikan praktik langsung terhadap edukasi tersebut tentunya dilakukan agar materi tidak hanya berupa teori saja namun juga bagaimana praktik ini dapat mereka lakukan dalam kegiatan keseharian mereka di rumah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat di TK Bhuana Kumara menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada keterampilan anak dalam menyikat gigi. Sebelum kegiatan, hasil observasi awal menunjukkan sebagian besar anak hanya menyikat gigi sekali sehari dan belum menggunakan teknik yang benar. Setelah penyuluhan interaktif melalui ceramah sederhana, media visual, dan permainan edukatif, diikuti demonstrasi serta praktik langsung, sebanyak 85% anak mampu mempraktikkan teknik menyikat gigi sesuai standar dan 70% anak dapat melakukannya selama minimal dua menit. Pemberian sikat dan pasta gigi juga mendukung anak agar melanjutkan kebiasaan ini di rumah dengan pendampingan orang tua.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Herijulianti dkk. (2017) yang menyatakan bahwa edukasi disertai demonstrasi efektif meningkatkan keterampilan menyikat gigi anak, serta mendukung konsep promosi kesehatan menurut Notoatmodjo (2012) yang menekankan pentingnya keterlibatan semua pihak. Pendekatan interaktif terbukti menarik minat anak, sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami dan dipraktikkan. Dengan keterlibatan guru dan dukungan orang tua, kebiasaan baik ini berpotensi berlanjut di rumah, sehingga program ini tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga membentuk perilaku sehat jangka panjang untuk pencegahan karies gigi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian kepada masyarakat bertema "*Peningkatan Kesehatan Gigi Anak melalui Edukasi dan Pendampingan Menyikat Gigi yang Benar*" berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa taman kanak-kanak dalam menjaga kebersihan gigi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman mengenai pentingnya kesehatan gigi serta kemampuan menerapkan teknik menyikat gigi yang benar hingga mencapai 80%.

Kegiatan yang menggabungkan penyuluhan interaktif, demonstrasi, praktik langsung, dan distribusi alat kebersihan gigi terbukti efektif dalam membentuk perilaku hidup bersih dan

sehat pada anak. Dukungan dari pihak sekolah, guru, dan perangkat desa turut memperkuat keberhasilan program.

Edukasi kesehatan gigi yang dilakukan secara terencana dan berkelanjutan di lingkungan sekolah berpotensi menjadi langkah preventif yang signifikan untuk menurunkan angka permasalahan gigi pada anak, serta membangun kebiasaan menjaga kesehatan gigi sejak usia dini yang dapat bertahan hingga dewasa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Mahasaraswati Denpasar yang telah memberikan dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Mahasaraswati Denpasar atas arahan dan dukungan yang diberikan sehingga program ini dapat terlaksana dengan baik.

Kami juga berterima kasih kepada Kepala Desa Dangin Puri Kangin beserta jajarannya, Kepala Sekolah, guru, dan seluruh staf TK Bhuana Kumara yang telah memfasilitasi kegiatan serta membantu dalam pendampingan anak-anak selama program berlangsung. Penghargaan yang setinggi-tingginya kami sampaikan kepada orang tua siswa yang turut mendukung dan memastikan anak-anak mengikuti kegiatan dengan baik. Semoga sinergi ini terus terjalin demi tercapainya peningkatan kesehatan gigi anak-anak secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akera, P., Kennedy, S. E., Lingam, R., Obwolo, M. J., Schutte, A. E., & Richmond, R. (2022). Effectiveness of primary school-based interventions in improving oral health of children in low- and middle-income countries: a systematic review and meta-analysis. *BMC Oral Health*, 22: 264.
- American Dental Association. (2021). *Brushing your teeth*. Retrieved from <https://www.ada.org/resources/research/science-and-research-institute/oral-health-topics/brushing-your-teeth>
- Bramantoro, T., Santoso, C. M. A., Hariyani, N., Setyowati, D., Zulfiana, A. A., Nor, N. A. M., et al. (2021). Effectiveness of the school-based oral health promotion programmes from preschool to high school: a systematic review. *PLoS ONE*, 16(8): e0256007.

- Herijulianti, E., Artini, R., & Widyastuti, N. (2017). Efektivitas pendidikan kesehatan gigi dengan metode demonstrasi terhadap kemampuan menyikat gigi anak usia sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 4(2), 56–63.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.
- Marlina, M., & Syahrul, F. (2020). Pendampingan kesehatan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar untuk mencegah karies gigi. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 2(1), 12–18.
- Nasrah & Mardelita, S. (2023). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Metode Demonstrasi dan Simulasi terhadap Keterampilan Menyikat Gigi pada Siswa SDN 1 Sawang. *Global Journal*.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Petersen, P. E. (2016). Oral health promotion: An essential element of a health-promoting school. *WHO Information Series on School Health*, Document 11.
- World Health Organization. (2022). *Oral health*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/oral-health>
- Yanti, R., & Hidayati, A. (2019). Perubahan perilaku anak dalam menyikat gigi melalui penyuluhan kesehatan gigi di sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 13(1), 28–35.