

PENYULUHAN TENTANG KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI TK PKK ARGOMULYO 29 SEDAYU BANTUL

HEALTH EDUCATION: DENTAL AND ORAL HYGIENE IN PRESCHOOL CHILDREN KINDERGARDEN PKK ARGOMULYO 29 SEDAYU BANTUL

Fauzul Husna

Akademi Kebidanan Mulia Madani Yogyakarta

Fauzul.husna@gmail.com

INTISARI

Latar belakang :Gigi dan mulut merupakan bagian penting yang harus dijaga kebersihannya. Berbagai penyakit yang muncul disebabkan oleh berbagai faktor yaitu sikap atau perilaku yang mengabaikan kebersihan gigi dan mulut karena kurangnya pengetahuan akan pentingnya pemeliharaan gigi dan mulut, malas menyikat gigi, menyikat gigi dan mulut dengan cara yang salah dan tidak benar serta makan-makanan dan minuman yang manis. Gosok gigi adalah cara paling mudah untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Akan tetapi banyak orang yang menyepelekan pentingnya gosok gigi. Kebiasaan menanamkan peduli kesehatan gigi dan mulut perlu diajarkan sejak dini. Oleh karena itu, anak perlu diberi bekal pengetahuan tentang gosok gigi yang baik dan benar.

Tujuan: meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak pra sekolah tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar.

Metode : Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan berupa penyuluhan tentang menjaga kebersihan gigi dan mulut menggunakan media phantom gigi, video animasi gosok gigi dilanjutkan dengan praktik gosok gigi yang benar

Hasil: Peserta kegiatan terdiri dari anak 25 anak di TK PKK 29 Argomulyo Sedayu Bantul. Hasil evaluasi terlihat ada peningkatan pemahaman anak tentang gigi sehat, manfaat gosok gigi, dan waktu gosok gigi, serta peningkatan ketrampilan anak praktik gosok gigi yang baik dan benar. Optimalisasi gerakan gosok gigi ini hendaknya dilakukan secara kontinyu di sekolah dan dilanjutkan di rumah dengan dukungan dari orang tua.

Kata kunci : kebersihan gigi dan mulut, anak pra sekolah

ABSTRACT

Background: *The teeth and mouth are an important part that must be kept clean. The various diseases that arise are caused by various factors, namely attitudes or behaviors that neglect dental and oral hygiene due to lack of knowledge of the importance of dental and oral care, lazy brushing of teeth and mouth in the wrong and incorrect way and eating sweet foods and drinks. Brushing your teeth is the easiest way to maintain healthy teeth and mouth. However, many people underestimate the importance of brushing their teeth. The habit of instilling care for dental and oral health needs to be taught early. Therefore, the child needs to be provided with knowledge about good and correct brushing of teeth.*

Objective: *to improve the knowledge and skills of preschool children on how to brush their teeth well and correctly.*

Methods: *This community service was carried out by providing extension in the form of extension on maintaining dental and oral hygiene using dental phantom media, animated tooth brushing video continued with correct brushing practice*

Results: *Participants of the activity consisted of 25 children in kindergarten PKK 29 Argomulyo Sedayu Bantul. The results of the evaluation showed that there was an increase in the child's understanding of healthy teeth, the benefits of brushing teeth, and brushing time, as well as an increase in the child's skills of good and correct brushing practices. Optimization of this brushing movement should be carried out continuously at school and continued at home with the support of parents.*

Keyword: *dental and oral hygiene, preschool children*

PENDAHULUAN

Perawatan diri atau personal hygiene merupakan salah satu kemampuan dasar manusia dalam memenuhi kebutuhannya. Salah satu jenis dari personal hygiene yaitu menjaga kebersihan gigi dan mulut. Gigi dan mulut merupakan bagian penting yang harus dipertahankan kebersihannya karena melalui organ ini berbagai kuman dapat masuk ke dalam tubuh dan berkembang sehingga dapat menyebabkan berbagai penyakit yang dapat merugikan manusia. Kebersihan mulut merupakan upaya yang dilakukan untuk membersihkan rongga mulut, lidah, dan gigi dari semua sisa makanan dengan cara menggosok gigi minimal dua kali dalam sehari, hal ini dilakukan agar mulut terbebas dari penyakit dan kerusakan gigi (pitaloka, 2018)¹³.

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian dari kesehatan tubuh secara keseluruhan. Gangguan pada gigi dan mulut dapat berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari dan mengganggu aktivitas sekolah. Masalah kesehatan gigi dan mulut merupakan penyakit yang dialami hampir dari setengah populasi penduduk dunia sebesar 3,58 milyar jiwa terutama masalah karies gigi (Organization, 2018)¹². Masalah gigi di Indonesia terbesar yaitu gigi berlubang sebesar 45,3% dan mayoritas masalah kesehatan mulut adalah gusi bengkak sebesar 14% (Kemenkes,2018)⁹.

Menurut Widyagdo & Nugroho (2017)¹⁶, kesehatan gigi atau dikenal juga dengan kesehatan mulut adalah keadaan dimana rongga mulut yang meliputi gigi dan struktur jaringan pendukung lainnya dapat mencegah

dari penyakit yang akan menyerang mulut. Kondisi ini memungkinkan rongga mulut berfungsi secara optimal, sehingga menumbuhkan rasa percaya diri dan hubungan interpersonal yang setinggi-tingginya. Sementara itu menurut PDGI (Persatuan Dokter Gigi Indonesia) menunjukkan setidaknya 89% orang yang menderita karies adalah anak-anak, Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO menyatakan bahwa 60 hingga 90 persen anak sekolah di seluruh dunia memiliki gigi berlubang. Menurut Simaremare & Wulandari (2021)¹⁵, angka kejadian karies di Indonesia sebesar 88,8 persen, dengan prevalensi karies akar sebesar 56,6 persen.

Berbagai penyakit yang muncul dalam mulut disebabkan oleh berbagai faktor yaitu sikap atau perilaku yang mengabaikan kebersihan gigi dan mulut karena kurangnya pengetahuan akan pentingnya pemeliharaan gigi dan mulut, malas menyikat gigi, menyikat gigi dan mulut dengan cara yang salah dan tidak benar serta makan-makanan dan minuman yang manis (Senjaya & Yasa, 2019)⁴.

Usia anak 3-5 tahun umumnya memiliki kegemaran mengonsumsi makanan yang manis, coklat, permen, dan makanan lain yang mengandung gula. Semakin tinggi konsumsi gula, semakin tinggi kejadian karies gigi. Penelitian membuktikan sebagian besar anak taman kanak-kanak sering mengonsumsi makanan manis (66%) dan memiliki kebiasaan gosok gigi yang buruk yaitu sebesar 51,1% (Ernawati & Amin, 2011)⁵. Penelitian tersebut juga membuktikan ada hubungan antara perilaku menggosok gigi dengan kejadian karies gigi pada anak taman

kanak-kanak. Konsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula secara berlebihan dan tidak dilakukan perawatan dengan baik pada mulut akan mengakibatkan penumpukan plak. Bakteri dalam mulut dapat mengubah gula menjadi asam dan mengikis enamel gigi. Perilaku untuk menjaga kesehatan gigi adalah dengan cara menggosok gigi. Pengenalan waktu dan cara menggosok gigi yang baik dan benar perlu dipahami oleh anak. Kebiasaan menanamkan peduli kesehatan gigi dan mulut juga perlu mendapatkan dukungan dari orang tua. Pengetahuan ibu yang baik akan berdampak positif terhadap status kesehatan gigi dan mulut anak (Oktarina, Tumaji, & Roosihermiatie, 2017)¹¹.

Tumbuh kembang anak selama periode keemasan berjalan sangat pesat. Proses tumbuh dan berkembang memerlukan nutrisi yang optimal dan mulut merupakan jalur masuk nutrisi dalam tubuh anak. Apabila terjadi masalah kesehatan gigi dan mulut tentu berdampak pada asupan anak yang tidak efisien. Karakteristik anak pra sekolah yaitu cenderung ingin melakukan sesuatu secara mandiri (Hockenberry, Wilson, & Rodgers, 2021)⁶. Namun, kemampuan untuk membersihkan gigi kurang optimal karena kemampuan motorik halus belum berkembang secara optimal.

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak pra sekolah tentang gosok gigi yang baik dan benar. Selain itu, guna mengoptimalkan pemahaman anak tentang gigi yang sehat, kegiatan ini juga disertai dengan gerakan gosok gigi bersama agar anak semakin antusias dalam membiasakan diri untuk menggosok gigi.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan dalam rangka peduli kesehatan gigi dan mulut anak-anak usia pra sekolah dan membiasakan anak-anak untuk gosok gigi di waktu yang tepat dengan teknik yang benar. Kegiatan ini diikuti 25 anak di TK PKK 29 Argomulyo Sedayu Bantul dan dilaksanakan pada tanggal 5 Oktober 2023. Adapun tahapan kegiatan pelaksanaan kegiatan pengabmas sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Menyusun rencana kegiatan, menyusun jadwal pelaksanaan sesuai kesepakatan dari pihak sekolah, dan sosialisasi kegiatan ke sekolah tentang Tentang Kebersihan Gigi Dan Mulut Pada Anak Usia Pra Sekolah

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari kamis tanggal 5 oktober 2023 di TK PKK 29 ARGOMULYO Rangkaian kegiatan meliputi pertama pembukaan yaitu dengan aktivitas bernyanyi bersama agar anak menjadi lebih bersemangat. Kemudian tim pengabdian memulai penyuluhan dengan tema pengertian gigi sehat, manfaat gosok gigi, waktu gosok gigi, makanan yang berbahaya pada gigi, dan langkah menggosok gigi yang baik dan benar. Media yang digunakan berupa phantom gigi dan video animasi, diskusi juga dilakukan selama kegiatan dengan menggunakan permainan yang unik agar anak-anak tidak bosan. Setelah itu, anakanak dibagi menjadi beberapa kelompok dan didampingi oleh tim pengabdian dan mahasiswa

untuk melakukan gerakan gosok gigi bersama

3. Tahap evaluasi

Untuk mengetahui keberhasilan kegiatan dilakukan dengan cara tanya jawab dengan metode permainan dan observasi motorik anak selama praktik gosok gigi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Peserta Kegiatan Pengabdian Masyarakat

JENIS KELAMIN	JUMLAH	%
LAKI – LAKI	11	44
PEREMPUAN	14	56
JUMLAH	25	100

Tabel 3.1 : karakteristik peserta pengabdian Masyarakat

Dari table 3.1 dapat disimpulkan peserta kegiatan pengabdian Masyarakat mayoritas Perempuan yaitu sebanyak 14 anak (56%) Menjaga kesehatan gigi dan mulut pada anak-anak usia dini sangatlah penting, karena merupakan salah satu faktor penentu pertumbuhan dan perkembangan anak itu sendiri. Karakteristik anak usia dini (0-8 tahun) merupakan sikap seseorang yang sedang menjalani proses tumbuh kembang yang sangat pesat. Pengalaman awal yang diperoleh dalam kehidupan seorang anak merupakan dasar kebiasaan anak kelak dalam berperilaku (Idris, 2016)⁷

2. Indikator perubahan dan pengetahuan peserta kegiatan pengabdian Masyarakat

Tolak ukur keberhasilan kegiatan Pengabdian Masyarakat diperoleh dari observasi

saat praktik gosok gigi dan tanya jawab saat penyuluhan dengan pertanyaan-pertanyaan dasar dan sederhana pada anak

Table 3.2

Unsur yang dinilai	Sebelum penyuluhan	Sesudah penyuluhan
Pengetahuan tentang pengertian gigi sehat, manfaat dan waktu menggosok gigi	Mayoritas kurang baik	90% ,menjadi baik
Pengetahuan tehnik menggosok gigi	Mayoritas tidak tahu	85% menjadi tahu
Pengetahuan makanan yang dapat merusak gigi	50% anak sudah tahu	90% anak menjadi tahu
Praktik menggunakan pasta gigi	50% kemampuan anak sudah baik	95% anak menjadi lebih baik
Praktik cara memegang gosok gigi yang benar	50% kemampuan anak sudah baik	90% anak menjadi lebih baik
Praktik menyikat gigi	Mayoritas kurang baik	90% menjadi baik

Dari table 3.2 dapat dilihat keberhasilan peningkatan capaian dari indikator yang sudah ditentukan. Hal ini berarti anak – anak menangkap stimulus – stimulus yang diberikan oleh tim pengabdian saat kegiatan berlangsung.

Menurut Nurmalasari dkk (2021)¹⁰ bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media phantom gigi dapat mempengaruhi perilaku siswa dalam menggosok gigi. Penyuluhan kesehatan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan media

phantom gigi dan pemutaran video animasi, sehingga minat dan antusias anak-anak menjadi meningkat.

Selama penyuluhan tim pengabdian melakukan permainan edukatif, sehingga anak-anak menjadi antusias dan informasi dapat diterima secara optimal. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi selama praktik anak-anak masih mampu mengingat teknik yang benar menggosok gigi. Anak-anak pada usia ini sangat antusias jika diberikan informasi-informasi baru dengan metode yang menarik. Edukasi kesehatan dengan menggunakan metode bermain peran, video dan boneka terbukti efektif dalam meningkatkan ketrampilan menyikat gigi anak usia dini (Razi & Rosmawati, 2018)¹⁴.

Gigi dan mulut merupakan bagian penting yang harus dijaga kebersihannya. Menurut WHO dalam Andreas Winardi (2012)², kebersihan atau kesehatan gigi dan mulut adalah praktek melakukan penjagaan kebersihan dan kesehatan mulut dengan cara menyikat dan melakukan flossing untuk mencegah timbulnya problem pada gigi. Perawatan gigi sejak dini sangat penting dilakukan karena banyak anak menderita karies atau lubang pada gigi.

Gosok gigi adalah cara paling mudah untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Akan tetapi banyak orang yang menyepelekan pentingnya gosok gigi. Terdapat cara-cara untuk menggosok gigi dengan baik dan benar (Jennifer Lucinda, 2013)⁸. Peningkatan perilaku anak usia dini untuk membiasakan gosok gigi sehari-hari tidaklah mudah. Namun, keuntungan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dapat membantu kesiapan anak untuk belajar secara mandiri

dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Peran serta orang tua sangat penting dalam hal ini. Orang tua juga perlu membiasakan anak untuk menyikat gigi dengan benar di rumah (Budiarti, 2021)³. Orang tua yang peduli terhadap tumbuh kembang anak tentu akan memperhatikan kesehatan gigi anaknya. Perspektif orang tua yang baik terhadap kesehatan gigi anak berbanding lurus dengan kesehatan gigi anak. Penelitian yang dilakukan oleh Abadi dan Suparno (2019)¹ menggambarkan perspektif orang tua salah satunya tentang waktu menggosok gigi yang banyak diketahui oleh orang tua adalah ketika mandi pagi dan sore hari (52,94%) dan terlihat mayoritas orang tua tidak memahami mengenai karies gigi pada anak (54,90%).

Riskesmas tahun 2018 menyatakan bahwa minuman manis menempati urutan pertama dan diikuti oleh konsumsi makanan manis pada urutan keempat dalam ragam jenis makanan atau minuman beresiko yang dikonsumsi oleh anak berumur tiga tahun ke atas. Persentase minuman manis yang dikonsumsi mencapai lebih dari 90% dan makanan manis mencapai 87%. Anak diatas 3 tahun dan anak sekolah mempunyai kebiasaan mengkonsumsi makanan atau minuman manis lebih dari 1x / hari . Tentunya kebiasaan ini sangat berperan dalam memperburuk kesehatan gigi dan rongga mulut. Anak sekolah merupakan salah satu kelompok umur yang rentan terhadap karies karena pola konsumsi makanan atau minuman manis yang berlebih. Adanya kantin sekolah yang menjual jajanan berupa makanan atau minuman manis menjadi salah satu faktor resiko dalam meningkatkan

jumlah konsumsi makanan atau minuman manis tersebut oleh anak sekolah.(kemenkes 2018)⁹

Kegiatan pengabdian Masyarakat tentang menggosok gigi ini sangat membantu anak-anak dalam membiasakan diri melakukan gosok gigi yang baik dan benar. Selain itu, anak-anak dapat belajar dari teman-teman sebayanya selama praktik dan bertanya langsung kepada fasilitator. Gosok gigi yang tersedia sekarang pun sangat beragam dengan berbagai karakter yang unik. Hal ini juga penting sebagai salah satu kiat untuk memotivasi anak rajin melakukan sikat gigi dengan barang-barang yang disukainya. Orang tua juga tidak lupa mengganti sikat gigi setiap tiga bulan sekali. Hal yang tidak kalah penting lainnya adalah sebaiknya hindari pasta gigi yang mengandung fluoride karena anak-anak mungkin akan menelan pasta gigi tanpa sengaja. Selama kegiatan berlangsung tim pengabdian dibantu memfasilitasi anak-anak menggosok gigi.

Evaluasi secara keseluruhan kegiatan pengabdian ini berjalan dengan baik. Seluruh peserta mayoritas mampu menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim pengabdian terkait materi yang disampaikan. Kesan positif juga terlihat selama kegiatan berlangsung. Anak-anak sangat antusias bernyanyi, bermain sambil belajar. Semua anak telah mencoba melakukan praktik gosok gigi menggunakan peralatan yang mereka bawa sendiri didampingi oleh fasilitator.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa edukasi gosok gigi dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dasar anak tentang

gosok gigi yang baik dan benar. Kegiatan penyuluhan gosok gigi bersama ini hendaknya dilakukan secara kontinyu di sekolah, sehingga gosok gigi membudaya dalam kehidupan anak-anak sejak dini. Selain itu, adanya program dari sekolah untuk melakukan pemeriksaan rutin kesehatan gigi dan mulut setiap enam bulan sekali untuk ke depannya

DAFTAR PUSTAKA

1. Abadi, N. Y. W. P., & Suparno, S. (2019). Perspektif Orang Tua pada Kesehatan Gigi Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 161–169.
2. Andreas Winardhi. 2012. Kesehatan Gigi dan Mulut. <http://andreaswinardhi.blogspot.co.id/2012/10/kesehatan-gigi-dan-mulut.html>
3. BUDIARTI, S. N. U. R. I. (2021). Meningkatkan Kesehatan Anak Melalui Pembiasaan Sikat Gigi Di Tk Negeri Pakunden. *EDUCATIONAL: Jurnal Inovasi Pendidikan & Pengajaran*, 1(1), 117–123.
4. Senjaya, A. A., & Yasa, K. A. T. (2019). Hubungan Pengetahuan dengan Kebersihan Gigi dan Mulut Siswa Kelas VII di SPMN 3 Selemadeg Timur Tabanan Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 6(2), 19
5. Ernawati, A., & Amin, S. (2011). Hubungan Antara Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Dan Perilaku Menggosok Gigi Dengan Kejadian Karies Gigi Pada Anak TK Pertiwi 37 Gunung Pati. *FIKkes Jurnal Keperawatan*, 4(2), 183–193
6. Hockenberry, M. J., Wilson, D., & Rodgers, C. C. (2021). Wong's

- essentials of pediatric nursing-e-book. Elsevier Health Sciences
7. Idris, M. H. (2016). Karakteristik Anak Usia Dini. *Permata: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 37–43
 8. Jennifer Lucinda. 2013. Cara Menggosok Gigi yang Benar. Di unduh di <http://trik-tipssehat.blogspot.co.id/2013/07/cara-menggosok-gigi.html>
 9. Kemenkes, "Hasil utama RISKESDAS 2018," Jakarta: Kemenkes RI, 2018
 10. Nirmalasari, A., Hidayati, S., & Prasetyowati, S. (2021). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Phantom Gigi Terhadap Perilaku Siswa Tentang Cara Menggosok Gigi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi (JIKG)*, 3(2), 416–424.
 11. Oktarina, O., Tumaji, T., & Roosihermatie, B. (2017). Korelasi Faktor Ibu Dengan Status Kesehatan Gigi Dan Mulut Anak Taman Kanak-Kanak Di Kelurahan Kemayoran Kecamatan Krembangan, Kota Surabaya. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 19(4), 226–235. <http://doi.org/10.22435/hsr.v19i4.6815.227-235>
 12. Organization, W. H. (2018). *Noncommunicable diseases country profiles 2018*
 13. Pitaloka, dyah ayu mayang. (2018). Tingginya Angka OHI-S Dilihat dari Perilaku Cara Menggosok Gigi yang Benar. <https://doi.org/10.31219/osf.io/x7h2>
 14. Razi, P., & Rosmawati, R. (2018). Perbandingan Efektivitas Edukasi Kesehatan Gigi Dengan Metode Bermain , Video Dan Boneka Dalam Meningkatkan Keterampilan. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 101.
 15. Simaremare, J. P. S., & Wulandari, I. S. M. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi Mulut Dan Perilaku Perawatan Gigi Pada Anak Usia 10-14 Tahun. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(3). <https://doi.org/10.30651/Jkm.V6i3.8154>
 16. Widyagdo, A., & Nugroho, C. (2017). Kondisi Rongga Mulut. *Indonesian Oral Health Journal*, 2(1)