

# KEGIATAN PENYULUHAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT SERTA GERAKAN SIKAT GIGI YANG BAIK DAN BENAR PADA ANAK TAMAN KANAK- KANAK DOA BANGSA

**Aulia Annisa, M. Tr. ID<sup>1</sup>, Annisa  
Fitrah Ramadhani<sup>2</sup>, Anisya Fitri<sup>3</sup>,  
Dara Dwi Oktaviyanti<sup>4</sup>, Fariuzi<sup>5</sup>,  
Fatma Helmi<sup>6</sup>**

<sup>123456</sup>Program Studi D-III Teknik  
Radiologi Fakultas Kesehatan,  
Universitas Awal Bros

**\*Corresponding author**

Email : Aulia@univawalbros.ac.id

## Abstrak

Anak prasekolah masih belum mengerti pentingnya untuk merawat kebersihan gigi dan mulut, gigi dan mulut harus dijaga kebersihannya karena kuman dapat masuk ke dalam rongga mulut. Kelainan yang sering terjadi dalam gigi dan mulut adalah kerusakan jaringan keras dari gigi yang sering disebut karies gigi. Pengetahuan dapat ditingkatkan melalui promosi kesehatan. Promosi kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu proses pemberian informasi yang timbul atas dasar kebutuhan kesehatan gigi dan mulut yang bertujuan untuk menghasilkan kesehatan gigi dan mulut yang baik dan meningkatkan taraf hidup. Dalam promosi kesehatan gigi dan mulut individu memperoleh pengalaman atau informasi melalui berbagai media promosi kesehatan gigi dan mulut. Dilihat dari segi usia rentannya anak yang terkena penyakit, maka penyuluhan terutama ditujukan pada golongan rawan terhadap gangguan kesehatan gigi dan mulut yaitu anak usia taman kanak-kanak. Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut pada anak-anak sangat penting karena pada usia tersebut merupakan pertumbuhan gigi geliginya.

## Abstract

Preschool children still do not understand the importance of caring for oral hygiene, teeth and mouth must be kept clean because germs can enter the oral cavity. Abnormalities that often occur in the teeth and mouth are damage to the hard tissue of the teeth which is often called dental caries. Knowledge can be improved through health promotion. Oral health promotion is a process of providing information that arises on the basis of oral health needs which aims to produce good oral health and improve living standards. In oral health promotion, individuals gain experience or information through various oral health promotion media. In terms of the age of vulnerability of children affected by disease, counseling is mainly aimed at groups prone to oral health problems, namely kindergarten age children. Oral health counseling in children is very important because at that age it is the growth of their teeth.

Keywords: Gigi dan Mulut, Karies Gigi, Anak.

## PENDAHULUAN

Anak prasekolah merupakan masa kehidupan yang mana individu tidak berdaya dan bergantung pada orang lain, kesehatan anak harus diperhatikan agar mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal sehingga menjadi individu yang berkualitas. Perilaku sehat yang harus ditanamkan kepada anak sejak kecil, anak prasekolah 4-6 tahun perlu diterapkan dan diajarkan ke kamar mandi secara mandiri secara mandiri, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menggosok gigi, merupakan perilaku sehat yang masih kurang. Anak prasekolah mulai tumbuh gigi permanen, dimana rentan akan timbulnya bakteri dan kuman yang mengakibatkan kerusakan pada gigi anak (Fatim, 2005).

Anak prasekolah masih belum mengerti pentingnya untuk merawat kebersihan gigi dan mulut, gigi dan mulut harus dijaga kebersihannya karena kuman dapat masuk ke dalam rongga mulut. Kelainan yang sering terjadi dalam gigi dan mulut adalah kerusakan jaringan keras dari gigi yang sering disebut karies gigi. Masa prasekolah merupakan fase perkembangan individu pada usia 4- 6 tahun, dapat mengatur diri dalam buang air (toilet training), dan mengenal beberapa hal yang dianggap berbahaya (mencelakakan dirinya) (Herawati, 2009).

Banyak yang mengeluh bahwa perawatan gigi anak, terutama anak balita sulit dan memerlukan waktu, keluhan ini dapat dimengerti karena banyak orang tua yang belum sadar betul akan perlunya perawatan gigi anak. Pada umumnya orang beranggapan bahwa gigi anak akan diganti dengan gigi dewasa. Sebagian dokter gigi juga selalu mengalami kesulitan bila merawat gigi anak. Pada kenyataan gigi anak yang dijumpai sudah parah keadaannya, anak menderita sakit gigi dengan segala macam akibatnya (Achmad, 2015).

Berdasarkan RISKESDAS (2007 dan 2013), presentase perilaku penduduk umur 10 tahun ke bawah yang menyikat gigi dengan benar 7,3% di tahun 2007 menurun menjadi 2,3% di tahun 2013. Hal ini menjadi masalah, karena salah satu cara pencegahan yang efektif terhadap terjadinya penyakit karies dan periodontal yakni melalui tindakan menyikat gigi. Terbentuknya perilaku menyikat gigi individu yang benar didasari oleh pengetahuan individu yang diperoleh antara lain melalui pendidikan. Demikian halnya untuk mengubah perilaku yang tidak benar menjadi perilaku yang benar juga intervensinya lewat pendidikan.

Menurut Nirwana (2011) mengatakan impian ibu adalah mempunyai anak yang gigi bagus. Tetapi permasalahan yang muncul pada si kecil yang sudah mempunyai gigi adalah susah untuk membersihkannya. Susah sekali kalau disuruh untuk menggosok gigi. Ketika ia sudah memiliki beberapa gigi, maka ibu bisa menggunakan sebuah sikat gigi khusus yang berukuran mini. Pilihlah sikat gigi yang ujung sikatnya lembut mudah memegangnya. Untuk awalnya, kebiasaan anak adalah mengigit bulu-bulu sikatnya. Ia belum bisa menggunakannya, maka diperlukan bantuan dari ibu. Anak dihibau menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari secara rutin. Peran orang tua sangat penting memfasilitasi, mengajarkan, dan mendampingi anak dalam melakukan menggosok gigi. Dengan demikian anak menjadi terbiasa berperilaku sehat dan bersih.

Pengetahuan dapat ditingkatkan melalui promosi kesehatan. Dilihat dari segi usia rentannya anak yang terkena penyakit, maka penyuluhan terutama ditujukan pada golongan rawan terhadap gangguan kesehatan gigi dan mulut yaitu anak usia

taman kanak-kanak. Salah satu bentuk usaha untuk meminimalisasi angka kesakitan yang ada adalah dengan tindakan preventif melalui kegiatan promosi kesehatan. Penyuluhan adalah contoh usaha mencegah masalah kesehatan gigi dan mulut, karena kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan derajat kesehatan (Nurhidayat dkk, 2012).

Promosi kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu proses pemberian informasi yang timbul atas dasar kebutuhan kesehatan gigi dan mulut yang bertujuan untuk menghasilkan kesehatan gigi dan mulut yang baik dan meningkatkan taraf hidup. Dalam promosi kesehatan gigi dan mulut individu memperoleh pengalaman atau informasi melalui berbagai media promosi kesehatan gigi dan mulut. Media merupakan salah satu yang perlu diperhatikan dalam melakukan promosi kesehatan (Papilaya, 2016).

Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut pada anak-anak sangat penting karena pada usia tersebut merupakan pertumbuhan gigi geliginya (Purwati dan Susilarti, 2016). Perawatan gigi dan mulut sejak usia dini sangat menentukan kesehatan gigi dan mulut sampai akhir hayat. Penyakit gigi dan mulut yang bisa dialami oleh anak bila perawatan tidak dilakukan dengan baik, antara lain gigi berlubang, gusi meradang, dan sariawan (Muin, 2011).

Melakukan sikat gigi yang baik secara teratur yaitu dua kali dalam sehari. Namun tidak hanya masalah keteraturan menyikat gigi, akan tetapi ada faktor lain yang penting pada proses menyikat gigi yaitu teknik menyikat gigi yang benar, pemilihan sikat gigi yang tepat, penggunaan pasta gigi berfluoride, frekuensi dan lamanya penyikatan (Tarigan, 2013). Berdasarkan latar belakang diatas maka diperlukan penyuluhan kesehatan tentang "Kesehatan Gigi dan Mulut Serta Gerakan Sikat Gigi yang Baik dan Benar"

## **TINJAUAN PUSTAKA**

Menurut Biechler dan Snowman (2013) anak prasekolah adalah mereka yang berusia antara 4-6 tahun. Mereka biasanya mengikuti program prasekolah dan kindergarten. Anak prasekolah masih belum mengerti pentingnya untuk merawat kebersihan gigi dan mulut, Gigi dan mulut harus dijaga kebersihannya karena kuman dapat masuk ke dalam rongga mulut. Kelainan yang sering terjadi dalam gigi dan mulut adalah kerusakan jaringan keras dari gigi yang sering disebut karies gigi (Mustofa, 2016). Anak prasekolah merupakan masa kehidupan yang mana individu tidak berdaya dan bergantung pada orang lain. Kesehatan anak harus diperhatikan agar mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal sehingga menjadi individu yang berkualitas. Perilaku sehat yang harus ditanamkan kepada anak sejak kecil, anak prasekolah 4-6 tahun perlu diterapkan dan diajarkan ke kamar mandi secara mandiri secara mandiri, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menggosok gigi, merupakan perilaku sehat yang masih kurang. Anak prasekolah mulai tumbuh gigi permanen, dimana rentan akan timbulnya bakteri dan kuman yang mengakibatkan kerusakan pada gigi anak (Khoiro Fatim, 2005).

Gigi dan mulut merupakan bagian penting yang harus dipertahankan kebersihannya sebab melalui organ ini berbagai kuman dapat masuk. Higiene mulut membantu mempertahankan status kesehatan mulut, gigi, gusi, dan bibir, menggosok

dan membersihkan gigi dari partikel-partikel makanan, plak, bakteri, memasase gusi, dan mengurangi ketidaknyamanan yang dihasilkan dari bau dan rasa yang tidak nyaman. Beberapa penyakit yang mungkin muncul akibat perawatan gigi dan mulut yang buruk adalah karies, gingivitis (radang gusi), dan sariawan. Higiene mulut yang baik memberikan rasa sehat dan selanjutnya menstimulasi nafsu makan (Mubarak, 2015). Gosok gigi merupakan upaya atau cara yang terbaik untuk perawatan gigi dan dilakukan paling sedikit dua kali dalam sehari yaitu pagi dan pada waktu akan tidur. Dengan menggosok gigi yang teratur dan benar maka plak yang ada pada gigi akan hilang. Hindari kebiasaan menggigit benda-benda yang keras dan makan makanan yang dingin dan terlalu panas. Gigi yang sehat adalah gigi yang rapi, 65 bersih, bercahaya, gigi tidak berlubang, dan didukung oleh gusi yang kencang dan berwarna merah muda. Pada kondisi normal, dari gigi dan mulut yang sehat ini tidak tercium bau tak sedap. Kondisi ini hanya dapat dicapai dengan perawatan yang tepat (Mubarak, 2015)

Menurut Mubarak (2015) ada beberapa cara merawat gigi dan mulut sebagai berikut: Tidak makan makanan yang terlalu manis dan asam, tidak menggunakan gigi untuk menggigit atau mencongkel benda keras (misal membuka tutup botol), menghindari kecelakaan seperti jatuh yang dapat menyebabkan gigi patah, memakai sikat gigi yang berbulu banyak, halus, dan kecil sehingga dapat menjangkau bagian dalam gigi, meletakkan sikat pada sudut 45° di pertemuan antara gigi dan gusi dan sikat menghadap ke arah yang sama dengan gusi.

Langkah-langkah menggosok gigi dengan baik dan benar menurut Rahmadhan (2010) adalah: Ambil sikat gigi dan pasta gigi, peganglah sikat gigi dengan cara anda sendiri, oleskan pasta gigi di sikat gigi, bersihkan permukaan gigi bagian luar yang menghadap ke bibir dan pipi dengan cara menjalankan sikat gigi pelan-pelan dan naik turun, mulai pada rahang atas dan lanjutkan ke rahang bawah, bersihkan seluruh bagian gigi graham pada lengkung gigi sebelah kanan dan kiri dengan gerakan maju mundur sebanyak 10-20 kali. Lakukan pada rahang atas terlebih dahulu kemudian dilanjutkan dengan rahang bawah, bersihkan permukaan gigi yang menghadap ke lidah dan langit-langit dengan menggunakan teknik modifikasi bass untuk lengkung gigi sebelah kanan dan kiri. Lengkung gigi bagian depa dapat dilakukan dengan cara memegang sikat gigi secara vertikal menghadap ke depan, menggunakan ujung sikat dengan gerakan menarik dari gusi kearah mahkota gigi. Dilakukan pada rahang atas dan dilanjutkan rahang bawah, terakhir sikat juga lidah dengan menggunakan sikat gigi atau sikat lidah yang bertujuan untuk membersihkan permukaan lidah dari bakteri dan membuat nafas menjadi segar, berkumur sebagai langkah terakhir untuk menghilangkan bakteri-bakteri sisa dari proses menggosok gigi.

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang digunakan sebagai berikut :

### **1. One way method.**

Metode ini menitikberatkan pendidik yang aktif, sedangkan pihak sasaran tidak diberi kesempatan untuk aktif. Salah satu contoh dari one way methode adalah metode ceramah. Ceramah adalah cara penyajian informasi yang

dilakukan penyuluh dengan penuturan atau penjelasan lisan secara langsung terhadap pendengar atau sasaran. Metode ceramah dapat dilakukan dengan alat bantu yaitu Video pembelajaran tentang kesehatan gigi dan mulut serta gerakan sikat gigi yang baik dan benar.

## 2. Demonstrasi

Demonstrasi adalah suatu cara menyajikan bahan pelajaran/ penyuluhan dengan cara mempertunjukkan secara langsung cara melakukan sesuatu atau mempertunjukkan suatu proses. Keuntungan dari metode demonstrasi adalah proses penerimaan sasaran terhadap materi penyuluhan akan lebih berkesan secara mendalam sehingga mendapatkan pemahaman atau pengertian yang lebih baik, terlebih lagi bila para peserta dapat turut serta secara aktif melakukan demonstrasi.

## 3. Tanya jawab

Metode tanya jawab adalah proses interaksi belajar yang berisi pertanyaan yang diajukan dan jawaban dari topik Kesehatan Gigi dan Mulut. Keuntungan dari metode ini adalah semua pihak yang terlibat mempunyai kesempatan untuk mengemukakan pendapat.

## **HASIL PEMBAHASAN**

Acara penyuluhan kesehatan gigi dan mulut serta gerakan sikat gigi yang baik dan benar pada anak TK Doa Bangsa dilaksanakan pada tanggal 09 Januari 2024. Tim pelaksana berangkat jam 8 menuju TK Doa Bangsa, dan tiba pukul 08.30 WIB, sesampainya disana tim disambut oleh kepala sekolah TK Doa Bangsa, diterima di ruang pertemuan. Setelah acara ramah tamah, kami melanjutkan acara menuju ke ruangan, acara dimulai dengan pembukaan dan sambutan oleh kepala sekolah TK Doa Bangsa, setelah itu masuk ke acara utama yaitu penyuluhan mengenai kesehatan gigi dan mulut serta gerakan sikat gigi yang baik dan benar untuk anak oleh Melfi Amanda. Tim penyuluh menjelaskan tentang bagaimana gigi bisa berlubang serta cara mencegah dan merawat kesehatan gigi, serta cara menyikat gigi yang baik dan benar dengan pemutaran film pendek, Para siswa-siswi TK Doa Bangsa mendengarkan dengan antusias. Sesudah pemutaran film pendek selesai dilakukanlah demonstrasi oleh tim penyuluhan Setelah tim penyuluh mendemonstrasikan, 2 orang anak diminta ke depan memeperagakan cara menyikat gigi yang benar, lalu setelah anak-anak memeperagakan diberikan hadiah. Setelah keseluruhan acara selesai tim pelaksana berfoto bersama, pengurus beserta anak-anak TK Doa Bangsa. Dan diakhiri dengan penutupan acara serta pemberian snack kepada anak-anak TK Doa Bangsa, dan juga pemberian sertifikat ucapan terimakasih kepada pihak TK Doa Bangsa. Diharapkan dengan penyuluhan ini akan meningkatkan pengetahuan anak-anak TK Doa Bangsa mengenai bagaimana menjaga kesehatan gigi dan mulut serta cara menyikat gigi yang benar, penyakit periodontal, dan makanan sehat bagi gigi dengan pendekatan psikologis.

## **KESIMPULAN**

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima Kasih atas Dana yang telah diberikan oleh PT. Majjama Agro Industri

## PUSTAKA

- Achmad. (2015). *Karies dan Keperawatan Pulpa Pada Gigi Anak*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Fitriana, L. B. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Cara Menggosok Gigi Dengan Video Pembelajaran Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(2), 378-382.
- Hardiyanti, F. P. (2016). Peningkatan Kemampuan Menggosok Gigi Melalui Media Boneka Gigi Pada Anak Tunagrahita Kategori Sedang Kelas Iv Di Slbc Rindang Kasih Secang. *Widia Ortodidaktika*, 5(8), 815-826.
- Irma Indah. (2013). *Penyakit Gigi, Mulut dan THT*. Yogyakarta. Nuha Medika Kholishah, Z., & Isnaeni, Y. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Video Animasi Terhadap Praktik Gosok Gigi Pada Anak Kelas Iv Dan V Di Sdn 1 Bendungan Temanggung (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Perwidananta, R., Kurniawati, D., & S KG, M. P. H. (2016). Keberhasilan Penyuluhan Kesehatan Gigi Dan Mulut Dengan Modifikasi Metode Makaton Dalam Meningkatkan Kemampuan Menggosok Gigi Secara Mandiri Pada Penderita Retardasi Mental di SLB
- Harmony SuPuteri Hadi F. (2013). *Kalahkan Monster Makanan dengan Gosok Gigi*. Diakses. (Online).