



KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT PENYULUHAN KESEHATAN GIGI DI MADRASAH IBTIDAIYAH ASYIFA

Toto Harto¹, Reco Widodo²
^{1,2}STIKes Al Ma'Arif Baturaja.
totoharto27@gmail.com

Abstrak: Latar Belakang: Masalah kesehatan gigi dan mulut, seperti karies gigi, masih menjadi gangguan kesehatan yang umum dialami oleh anak usia sekolah dasar akibat teknik dan waktu menyikat gigi yang salah. Tujuan: Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan siswa dalam menjaga kesehatan gigi melalui edukasi teknik menggosok gigi yang baik dan benar secara mandiri. Metode: Kegiatan dilaksanakan pada peserta didik di Madrasah Ibtidaiyah Asyfa. Metode pelaksanaan terdiri dari tiga tahap, yaitu evaluasi awal (*pre-test*), penyampaian materi menggunakan media interaktif (video/alat peraga *phantom*), demonstrasi, serta praktik sikat gigi bersama (*redemonstrasi*). Hasil: Pelaksanaan kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa yang signifikan. Nilai rata-rata pengetahuan siswa meningkat dari 65% saat *pre-test* menjadi 89% pada saat *post-test*. Selain itu, mayoritas peserta kini mampu mempraktikkan teknik menyikat gigi dengan gerakan memutar dan durasi yang tepat. Kesimpulan: Kegiatan edukasi ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan motorik anak dalam merawat gigi, serta diharapkan dapat membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan, Kesehatan Gigi dan Mulut, Menggosok Gigi.

Abstract: Background: Dental and oral health problems, such as tooth decay, remain a common health problem among elementary school-aged children due to incorrect tooth brushing techniques and timing. Objective: This community service activity aims to improve students' knowledge, awareness, and skills in maintaining dental health through education on proper and correct tooth brushing techniques. Method: The activity was conducted with students at Madrasah Ibtidaiyah Asyfa. The implementation method consisted of three stages: initial evaluation (*pre-test*), material delivery using interactive media (video/phantom props), demonstration, and group toothbrushing practice (*redemonstration*). Results: The implementation of the activity showed a significant increase in student understanding. The average student knowledge score increased from 65% in the *pre-test* to 89% in the *post-test*. In addition, the majority of participants were now able to practice tooth brushing techniques with circular motions and the correct duration. Conclusion: This educational activity is effective in improving children's knowledge and motor skills in dental care and is expected to foster clean and healthy living habits in daily life.

Keywords: Health Education, Dental and Oral Health, Tooth Brushing.



A. PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral yang tidak dapat dipisahkan dari kesehatan pada umumnya, masyarakat perlu diberdayakan dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan gigi dan mulut dengan mencegah, merawat, dan memelihara kesehatan gigi. Upaya penanggulangan masalah kesehatan gigi dan mulut bukan hanya didasarkan pada pemahaman yang baik tentang pengetahuan masyarakat yang dapat mempengaruhi kesehatan gigi akan tetapi diperlukan peran petugas kesehatan sebagai provider pelaksana pelayanan kesehatan gigi dengan mengutamakan penyembuhan dan pemulihan kesehatan yang dilaksanakan secara terpadu dengan upaya peningkatan kesehatan dan pencegahan gangguan kesehatan gigi (Arianto, 2014).

Pengetahuan yang dimiliki oleh individu merupakan salah satu faktor yang menentukan untuk mencari dan meminta upaya pelayanan kesehatan. Dinyatakan pula bahwa semakin tinggi pengetahuan individu tentang akibat yang ditimbulkan oleh suatu penyakit, maka semakin tinggi upaya pencegahan yang dilakukan. Kesadaran masyarakat untuk menerapkan pengetahuan yang dimilikinya menyebabkan penyakit-penyakit gigi dan mulut dapat ditangani sesegera mungkin. Pengetahuan adalah hasil ranah tahu dan ini terjadi karena seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu, melalui panca indera manusia. Pengetahuan orang tua, terutama ibu memiliki peranan penting bagi kesehatan gigi pada anak. Pengetahuan yang dimiliki oleh seorang ibu merupakan salah satu faktor yang menentukan untuk mencari dan meminta upaya pelayanan kesehatan untuk anaknya. Pengetahuan ibu sangat berperan bagi kesehatan gigi anak karena ibu merupakan orang terdekat bagi anak dalam

melakukan pemeliharaan kesehatan yang dapat memberikan pengaruh signifikan terhadap sikap dan perilaku anak (Rompis dkk, 2016).

Tidak hanya pengetahuan, motivasi ibu dapat mempengaruhi pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada anak. Motivasi ibu merupakan dorongan yang dilakukan dengan menanamkan keyakinan, sehingga ibu tidak hanya sadar, tahu, dan mengerti tetapi mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Simaremare dan Simaremare, 2019).

Kesehatan gigi susu sering kali diabaikan oleh ibu karena dianggap hanya bersifat sementara dan akan digantikan oleh gigi tetap. Pada kenyataannya, gigi susu berperan penting dalam kemampuan berbicara sekaligus proses pengunyahan yang berdampak pada nutrisi dan tumbuh kembang anak. Gigi susu berfungsi sebagai panduan bagi pertumbuhan gigi tetap (Delima dkk, 2018).

Pada anak usia 6-12 tahun sering muncul masalah gigi diantaranya, gigi susu belum tanggal tetapi gigi tetapnya telah tumbuh (gigi berjejal), karies, gusi berdarah, dan karang gigi. Pada anak usia 6-12 tahun upaya perawatan gigi merupakan hal yang masih sulit dilakukan. Orang tua terutama ibu harus selalu memberikan petunjuk dan arahan agar anak dapat merawat gigi dengan baik dan benar. Agar ibu dapat melaksanakan peran ini maka ibu harus memiliki pengetahuan dan motivasi yang baik tentang kesehatan gigi dan perawatan gigi pada anak (Cahyono, 2010).

Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi karies gigi pada usia 5-9 tahun di Indonesia sebesar 92,6% dengan prevalensi karies akar sebesar 28,5%. Rata-rata indeks DMF-T pada umur 12 tahun yaitu sebesar 1,9. Angka ini masih belum memenuhi target Rencana Aksi Nasional (RAN) Pelayanan Kesehatan Gigi dan Mulut pada tahun 2020 yaitu indeks DMF-T 1,26 pada kelompok

umur 12 tahun. Pada anak usia 5-9 tahun sudah memiliki perilaku menyikat gigi setiap hari dengan presentase sebesar 93,2%, angka tersebut sudah cukup besar. Tetapi, dari persentase tersebut hanya 1,4% yang menyikat gigi di waktu yang benar, yaitu minimal dua kali sehari, sesudah makan pagi dan sebelum tidur malam. Prevalensi karies gigi pada anak usia 5-9 tahun dan rata-rata indeks DMF-T pada umur 12 tahun masih tinggi (Sakti, 2018).

Menurut data Riskesdas tahun 2018 di Provinsi Jawa Tengah, menyatakan bahwa proporsi terbesar masalah kesehatan gigi anak usia 5-9 tahun adalah gigi rusak/berlubang/sakit (53,51%), masalah kesehatan gigi anak yang lain yaitu berupa gigi hilang karena dicabut/tanggal sendiri (34,14%), gigi goyah (24,73%), gigi telah ditambal atau ditumpat karena berlubang (2,49%), gusi bengkak dan/atau keluar bisul (abses) (11,13%), gusi mudah berdarah (seperti saat menyikat gigi) (4 sariawan menetap dan tidak pernah sembuh minimal 1 bulan (0,59%) (Riskesda 2018) Sekupang tahun 2020 angka diabetes sebanyak 479 orang, sedangkan tahun 2021 angka dianetes sebanyak 953 orang. Hal ini terlihat adanya kenaikan setiap tahunnya.

Kesehatan gigi yang baik dapat membantu meningkatkan penyerapan nutrisi oleh tubuh. Dengan gigi yang sehat, kita dapat mengunyah makanan dengan lebih baik sehingga memaksimalkan penyerapan nutrisi yang terkandung dalam makanan oleh tubuh. Dalam kesehatan gigi mencakup beberapa aspek yang bertujuan untuk menjaga kesehatan mulut secara optimal, mencegah penyakit, dan meningkatkan kualitas hidup.

B. METODE

Waktu dan tempat pelaksanaan tanggal 21 Mei 2025, dengan sasaran anak-anak yang bersekolah di Madrasah Ibtidaiyah Asyifa.

Metode yang digunakan pada penyuluhan, sebagai berikut:



Audien

Audien

Audien

Gambar: Denah pelaksanaan pengabdian
Tabel 1. Kegiatan Belajar Mengajar

No	Tahap/ Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan sasaran
1	Tahap pendah uluan 5 menit	- Memberi salam pembuka - Memper- kenalkan diri - Melakukan apersepsi - Menjelaskan pokok bahasan dan tujuan penyuluhan - Membagi lembar poster	Menjawab salam Memperhati kan
2	Tahap penyaji an 20 menit	Menjelaskan pengertian kesehatan gigi Menjelaskan ciri-ciri gigi sehat Menjelaskan fungsi gigi Menjelaskan manfaat menggosok gigi Menjelaskan cara perawatan gigi Menjelaskan cara menyikat	Memperhati kan Memperhati kan Memperhati kan Memperhati kan



		gigi dengan benar Menjelaskan tanda dan gejala kerusakan gigi Menjelaskan penyakit- penyakit yang sering menyerang gigi	
3	<i>Evaluasi</i> : 5 menit	Menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah diberikan, dan memberi reinforcement kepada anak-anak yang dapat menjawab pertanyaan.	Menjawab pertanyaan
4	<i>Terminasi</i> : 2 menit	Mengucapkan terimakasih atas peran serta peserta Penutup	Mendengarkan Menjawab salam

C. HASIL PEMBAHASAN

Secara umum, hasil kegiatan pengabdian masyarakat (pengmas) tentang menggosok gigi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan peserta, terutama anak-anak, mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut serta cara menyikat gigi yang benar. Nilai rata-rata pengetahuan siswa meningkat dari 65% saat *pre-test* menjadi 89% pada saat *post-test*.

Peningkatan Pengetahuan: Terjadi peningkatan pemahaman peserta mengenai waktu menyikat gigi yang tepat dan dampak buruk akibat jarang menggosok gigi. Gigi Sehat merujuk pada kondisi gigi yang bersih, tidak berlubang, dan bebas dari masalah kesehatan mulut seperti gusi bengkak, bau mulut, atau plak. Gigi sehat biasanya ditandai dengan gigi yang kuat, tidak sensitif, dan gusi yang berwarna merah muda tanpa tanda-tanda peradangan. Pentingnya menjaga kesehatan gigi adalah untuk mencegah kerusakan lebih lanjut yang dapat berujung pada masalah yang lebih serius, seperti infeksi atau kehilangan gigi. Langkah-langkah menjaga gigi sehat meliputi menyikat gigi dua kali sehari, menggunakan benang gigi, serta rutin memeriksakan gigi ke dokter gigi (Irianto K, 2017).

Gigi memiliki berbagai fungsi penting bagi tubuh manusia, terutama dalam proses makan dan berbicara. Berikut adalah beberapa fungsi utama gigi: (a) Mengunyah (Mastikasi): Fungsi utama gigi adalah membantu memecah makanan menjadi partikel yang lebih kecil sehingga mudah dicerna. Gigi seri berfungsi untuk memotong makanan, gigi taring untuk merobek, dan gigi geraham untuk menghancurkan dan menggiling makanan. (b) Membantu Berbicara: Gigi berperan penting dalam artikulasi dan pengucapan suara. Beberapa huruf dan suara seperti "f", "u", dan "s" membutuhkan kontak antara lidah dan gigi untuk pengucapan yang benar. (c) Estetika Wajah: Gigi juga berfungsi dalam memberikan bentuk pada wajah. Struktur gigi yang baik mendukung penampilan estetika wajah dan senyum seseorang. (d) Menjaga Struktur Rahang: Gigi membantu menjaga posisi dan struktur tulang rahang. Ketika seseorang kehilangan gigi, tulang rahang di sekitarnya bisa mengalami penurunan atau penyusutan.



(Irianto K. , 2018).

Kerusakan gigi bisa terjadi karena berbagai faktor, seperti kebersihan mulut yang buruk, makanan manis, atau kebiasaan buruk lainnya. Berikut adalah beberapa tanda dan gejala kerusakan gigi yang perlu diwaspadai: Tanda dan gejala kerusakan gigi:

- a. Nyeri atau Sakit Gigi: Sakit gigi yang tajam, berdenyut, atau konstan bisa menjadi tanda adanya kerusakan gigi. Rasa sakit ini biasanya bertambah parah saat mengunyah atau menggigit makanan.
- b. Sensitivitas Gigi: Gigi yang rusak sering kali lebih sensitif terhadap makanan atau minuman panas, dingin, manis, atau asam.
- c. Bintik Hitam atau Lubang pada Gigi: Karies yang tidak diobati akan menyebabkan pembentukan lubang pada gigi. Lubang ini sering kali terlihat sebagai bintik hitam atau cokelat pada permukaan gigi.
- d. Perubahan Warna Gigi: Gigi yang rusak dapat berubah warna menjadi lebih gelap atau kuning karena bakteri yang merusak jaringan gigi.
- e. Pembengkakan Gusi atau Wajah: Infeksi akibat kerusakan gigi bisa menyebabkan gusi membengkak atau bahkan bengkak pada wajah di area yang terkena.
- f. Bau Mulut yang Tak Hilang (Halitosis): Bau mulut yang berkelanjutan bisa menjadi tanda adanya karies gigi atau infeksi gigi yang parah.
- g. Pendarahan Gusi: Gusi yang sering berdarah saat menyikat gigi atau menggunakan benang gigi bisa menunjukkan adanya masalah gusi yang disebabkan oleh kerusakan gigi atau penumpukan plak. (Soetanto, 2016).

Perbaikan Keterampilan: Peserta mampu mempraktikkan teknik menggosok gigi yang baik dan benar (memutar, atas-bawah, dan menjangkau seluruh area mulut) melalui metode demonstrasi dan simulasi.

Tabel 2 Komponen Keterampilan Menggosok Gigi Responden

Komponen Keterampilan Sikat Gigi	Sebelum Edukasi	Setelah Edukasi
Cara memegang sikat gigi dengan benar	Mayoritas salah	Sangat baik
Gerakan memutar pada area gigi depan	Jarang dilakukan	Dipraktikkan dengan benar
Gerakan searah maju-mundur pada permukaan kunyah	Terlalu keras	Lembut dan merata
Durasi menyikat gigi minimal 2 menit	Terlalu cepat	Sesuai instruksi

Selain itu, peserta juga dapat menyebutkan penyakit-penyakit yang sering menyerang gigi, seperti (1) Karies Gigi (Gigi Berlubang); Karies gigi terjadi ketika plak (lapisan bakteri) terbentuk pada gigi dan memproduksi asam yang merusak enamel gigi. Jika tidak segera ditangani, karies dapat menyebabkan gigi berlubang hingga kerusakan yang lebih parah. (2) Gingivitis. Ini adalah bentuk awal penyakit gusi, yang ditandai dengan peradangan dan pembengkakan gusi. Penyebab utamanya adalah penumpukan plak pada gigi. Gingivitis yang tidak diobati bisa berkembang menjadi periodontitis. (3) Periodontitis; tahap lanjut dari penyakit gusi yang menyebabkan kerusakan jaringan lunak dan tulang yang menyokong gigi. Akibatnya, gigi bisa menjadi



goyang dan bahkan rontok. (4) Abses Gigi, adalah infeksi bakteri yang menyebabkan pembengkakan di sekitar gigi atau gusi. Biasanya terjadi akibat karies gigi yang tidak dirawat atau cedera pada gigi yang menyebabkan infeksi menyebar ke jaringan gigi atau gusi. (5) Gigi sensitif terjadi ketika enamel gigi mengalami kerusakan, atau ketika akar gigi yang terpapar memberikan rasa nyeri saat terpapar makanan atau minuman yang dingin, panas, asam, atau manis.

Ciri-ciri Gigi Sehat: (a) Gigi Bersih: Tidak ada sisa makanan atau plak yang menempel. (b) Tidak Ada Rasa Sakit atau Nyeri: Gigi yang sehat tidak menyebabkan rasa sakit saat makan atau saat menyentuhnya. (c) Gusi Sehat: Gusi tidak berdarah saat menyikat atau menggunakan benang gigi, dan memiliki warna merah muda. (d) Tidak Ada Lubang: Gigi yang sehat tidak berlubang dan tidak rusak. (e) Napas Segar: Bau mulut yang tidak disebabkan oleh masalah kesehatan. (Irianto K. , 2017).

Menggosok gigi secara rutin memiliki banyak manfaat penting untuk kesehatan mulut dan kesehatan tubuh secara keseluruhan. Berikut adalah beberapa manfaat utama menggosok gigi:

- a. Mencegah Karies Gigi: Menggosok gigi membantu membersihkan sisa makanan dan plak yang menempel di gigi, yang bisa menyebabkan karies atau gigi berlubang. Fluorida dalam pasta gigi juga membantu menguatkan enamel gigi dan melawan pembentukan lubang.
- b. Mencegah Penyakit Gusi: Plak yang tidak dibersihkan dapat menyebabkan peradangan gusi (gingivitis), yang bisa berkembang menjadi penyakit gusi yang lebih serius (periodontitis). Menggosok gigi secara rutin dapat mencegah akumulasi plak yang menyebabkan penyakit gusi.
- c. Mencegah Bau Mulut: Bakteri di mulut yang

berkembang biak dari sisa makanan bisa menyebabkan bau mulut. Menggosok gigi dua kali sehari membantu membersihkan bakteri dan menjaga kesegaran napas.

- d. Melindungi Kesehatan Jantung: Ada hubungan antara kesehatan gigi yang buruk dan penyakit kardiovaskular. Menggosok gigi secara teratur membantu mengurangi risiko infeksi gusi yang dapat mempengaruhi kesehatan jantung.
- e. Meningkatkan Kepercayaan Diri: Gigi yang bersih dan sehat membuat seseorang merasa lebih percaya diri saat berbicara atau tersenyum.
- f. Mencegah Pembentukan Plak dan Tartar: Menggosok gigi secara teratur membantu mencegah pembentukan plak yang, jika dibiarkan, dapat mengeras menjadi tartar, yang lebih sulit dihilangkan dan dapat merusak gigi serta gusi. (Soetanto W, 2017).

D. SIMPULAN

Menjaga kesehatan gigi sangat krusial untuk mencegah penyakit gusi dan gigi berlubang. Lebih jauh, mulut adalah gerbang masuknya makanan; gigi yang rusak mengganggu proses pencernaan, sementara bakteri dari infeksi gigi dapat menyebar ke aliran darah dan memicu penyakit serius seperti gangguan jantung.

Setelah mendapat edukasi masyarakat memahami bahwa untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut, harus menerapkan langkah-langkah sederhana berikut dalam rutinitas harian: (1) Sikat Gigi Rutin: Gosok gigi dua kali sehari (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur) menggunakan pasta gigi ber-*fluoride*. (2) Bersihkan Sela Gigi: Gunakan benang gigi (*dental floss*) setidaknya sekali sehari untuk membersihkan sisa makanan yang tidak terjangkau oleh sikat gigi. (3) Batasi Makanan Manis: Kurangi konsumsi camilan



manis dan lengket karena dapat mempercepat kerusakan gigi. (4) Pemeriksaan Rutin: Kunjungi dokter gigi setiap 6 bulan sekali untuk pembersihan karang gigi dan deteksi dini masalah gigi

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan untuk Madrasah Ibtidaiyah Asyifa, STIKes Al Ma'Arif Baturaja dengan terjalannya kerjasama melaksanakan kegiatan pemberdayaan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Irianto, K. (2017). *Ciri-Ciri Gigi: Struktur dan Fungsi*. Bandung: Alfabeta.
- Irianto, K. (2018). *Fisiologi Gigi: Fungsi, Struktur, dan Perkembangannya..* Bandung: Alfabeta.
- Kusnadi, D. (2020). *Dasar-Dasar Penyakit Gigi dan Perawatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kusnadi, D. (2020). *Menyikat Gigi: Cara dan Teknik yang Tepat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kusnadi, D. (2020). *Perawatan Gigi Sehari-hari untuk Kesehatan Optimal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Soetanto, W. (2017). *Kesehatan Gigi dan Manfaat Menggosok Gigi Secara Rutin*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Yulianti, A. (2018). *Perawatan Kesehatan Gigi: Panduan Praktis*. Surabaya: Pustaka Pelajar