

Penyuluhan Menjaga Kesehatan Gigi Dan Mulut di Era Pandemi di SD Negeri Mojolangu 3

Azzaroh Swaibatul I¹, Sri Wahyuni²

^{1,2}Program Studi Pendidikan Luar Sekolah, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang

Email: ¹azzarohislamiyah@gmail.com, ²sri.wahyuni.fip@um.ac.id

ABSTRAK

Penyuluhan menjaga kesehatan gigi dan mulut merupakan bentuk upaya yang dapat dilakukan setiap lembaga untuk turut serta dalam menyebarkan pengetahuan kepada khalayak terhadap betapa pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak usia anak-anak. Penyuluhan ini dilaksanakan dengan metode ceramah yang menyenangkan agar para siswa yang menjadi sasaran dapat memahami dengan mudah dan baik terkait cara menjaga kesehatan gigi dan mulut. Tujuan dari adanya penyuluhan ini adalah mengedukasi dan menginformasikan kepada para siswa bahwa menjaga kesehatan gigi dan mulut apalagi disaat pandemi saat ini juga sangat penting dan tidak dapat diabaikan. Adapun media yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah powerpoint dan video tutorial. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini para siswa dapat memahami dengan materi yang telah disampaikan ditunjukkan dengan saat bermain tebak-tebakkan para siswa mampu menjawab dengan benar dan baik seluruh pertanyaan yang diberikan. Meskipun belum dapat memantau secara lebih jauh apakah para siswa sudah menerapkan dengan baik cara-cara menjaga gigi dan mulut di kehidupan sehari-hari, tetapi setidaknya para siswa sudah dapat mengetahui dan memahami cara menjaga kesehatan gigi dan mulut secara benar dan baik.

Kata Kunci: Penyuluhan, Menjaga, Kesehatan Gigi dan Mulut

ABSTRACT

Counseling on maintaining dental and oral health is a form of effort that can be carried out by every institution to participate in spreading knowledge to the public on how important it is to maintain dental and oral health from the age of children. This counseling is carried out with a fun lecture method so that the targeted students can understand easily and well regarding how to maintain oral and dental health. The purpose of this counseling is to educate and inform students that maintaining dental and oral health especially during the current pandemic is also very important and cannot be ignored. The media used in this counseling are power point and video tutorials. The results of this counseling activity the students can understand with the material that has been delivered indicated by when playing guessing the students are able to answer correctly and well all the questions given. Although they have not been able to monitor further whether the students have properly implemented the ways to take care of their teeth and mouth in their daily life, at least the students are able to know and understand how to properly and properly maintain dental and oral health.

Keywords: Counseling, Maintaining, Dental and Oral Health

1. PENDAHULUAN

Saat ini seluruh penjuru dunia, termasuk Indonesia terjadi pandemi Covid-19 yang menyerang saluran pernafasan manusia. Penularan Covid-19 ini dapat dikatakan cukup cepat sehingga setiap kepala negara akhirnya mengambil kebijakan *lockdown* untuk memutus mata rantai penyebarannya. Dikarenakan kebijakan tersebut, seluruh lapisan masyarakat harus

melakukan seluruh aktivitasnya dari dalam rumah saja, termasuk kegiatan perekonomian, pendidikan, dan sebagainya. Hal tersebut memberikan dampak yang besar bagi aspek-aspek kehidupan masyarakat.

Dampak penyebaran Covid-19 di Indonesia ini sangat besar terutama dalam bidang kesehatan, salah satu dampaknya adalah tentang kesehatan gigi dan mulut yang menurun. Padahal kesehatan gigi dan mulut merupakan hal yang paling penting dalam kesehatan [1]. Menurut *Head of Sustainable Living Beauty and Personal Care and Home Care*, Unilever Indonesia Foundation Drg. Ratu Mirah Afifah, GCCLindent, MDSc mengatakan adanya pandemi saat ini mengakibatkan perubahan besar terkait kebiasaan masyarakat di seluruh penjuru dunia, terutama dalam merawat kesehatan gigi dan mulut. Masyarakat lebih berfokus pada kesejahteraan dan kesehatan menyeluruh dibandingkan merawat kesehatan gigi dan mulut. Sehingga, penurunan kebiasaan merawat kesehatan gigi dan mulut menyebabkan lima problematika yang paling banyak terjadi selama pandemi, diantaranya bau mulut, mulut kering, gigi dan gusi berdarah saat menggosok gigi, dan terbentuknya lubang gigi atau karies gigi. Karies gigi dapat muncul pada siapa saja baik masih muda ataupun sudah tua dan dapat menjadi penyebab utama dalam kehilangan gigi ketika masih muda [2].

Penurunan kebiasaan merawat gigi dan mulut terjadi pada seluruh kalangan masyarakat dari yang dewasa hingga anak-anak. Berdasarkan hasil survei sebelumnya juga menjelaskan, 9% orang tua yang jarang menggosok gigi 2 kali dalam sehari maka 11% anak-anak juga jarang menggosok gigi 2 kali dalam sehari. Padahal menjaga kesehatan gigi dan mulut bukan hanya melalui menggosok gigi saja akan tetapi juga dapat melalui nutrisi yang masuk ke tubuh manusia lewat mulut [3]. Sehingga, apabila orang tua atau orang dewasa mengabaikan menjaga kesehatan gigi dan mulut maka anak-anaknya akan lebih mudah untuk meniru kebiasaan tersebut sehingga nantinya dapat menimbulkan karies gigi apabila tidak diantisipasi lebih lanjut. Dikarenakan usia anak sekolah dasar merupakan usia yang rentan memiliki karies gigi, sehingga diperlukan memberi pengetahuan atau informasi pentingnya menjaga kesehatan gigi, mengobati, dan cara mencegahnya [4]. Dengan menjaga kesehatan gigi dan mulut maka kemungkinan setiap anak memiliki penyakit gigi dan mulut terutama kerusakan gigi semakin kecil. Ketika orang tua memahami dan sadar atas pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut maka anak-anak mereka dapat terhindar dari penyakit gigi dan mulut, terutama karies gigi. [5].

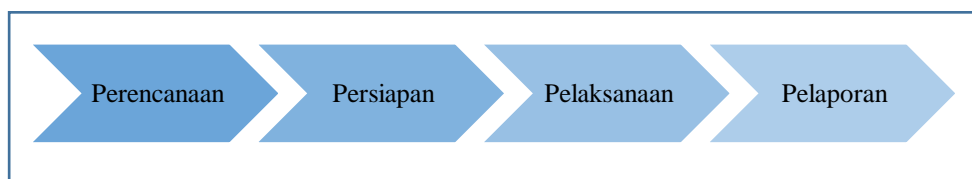
Banyaknya orang tua yang belum memedulikan kesehatan gigi dan mulut selama pandemi sehingga berdampak pada kebiasaan pada anak-anak, tentu saja hal tersebut harus segera ditangani agar kesehatan gigi dan mulut pada anak-anak tetap sehat dan terjaga. Oleh sebab itu, diadakanlah kegiatan Penyuluhan Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut di Era Pandemi di SDN Mojolangu 3. Tujuan dari diadakannya kegiatan ini adalah untuk mengedukasi kepada anak-anak bahwa menjaga kesehatan gigi dan mulut apalagi di saat pandemi juga sangat penting dan tidak boleh diabaikan.

Kegiatan Penyuluhan Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut di Era Pandemi di SDN Mojolangu 3 ini akan dilaksanakan secara langsung di SDN Mojolangu 3. Kegiatan ini dipilih karena tepat dengan situasi saat ini dimana sudah dibuktikan melalui survei sebelumnya bahwa banyak masyarakat yang mengabaikan kesehatan gigi dan mulut selama pandemi berlangsung terutama pada usia anak-anak. Kegiatan penyuluhan bermanfaat guna menambah informasi, kemampuan, dan pengetahuan baik individu ataupun kelompok guna memupuk kesadaran dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut [6].

2. METODE

Kegiatan ini dilaksanakan secara langsung di SDN Mojolangu 3, Malang. Sasarannya merupakan para siswa yang masih belum memahami benar tentang cara menjaga dan merawat gigi dengan benar. Penyuluhan ini dilaksanakan secara langsung di SDN Mojolangu 3 karena merupakan tempat mengabdikan penyelenggara untuk kegiatan Kampus Mengajar Angkatan 2. Kegiatan penyuluhan ini meliputi beberapa hal, yaitu tahan perencanaan, tahap persiapan, tahap

pelaksanaan, dan tahap pelaporan.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan

1. Tahap Perencanaan

Tahap pertama adalah tahap perencanaan yang dilaksanakan oleh kelompok mahasiswa Kampus Mengajar Angkatan 2 yang mengabdikan diri di SDN Mojolangu 3 Malang.

2. Tahap Persiapan

Tahap kedua adalah tahap persiapan, adapun beberapa kegiatan yang dilaksanakan pada tahap ini:

- a. Melakukan koordinasi dengan Dosen Pendamping Lapangan dan juga pihak sekolah yang menjadi tempat sasaran penyuluhan
- b. Membuat media-media kegiatan penyuluhan seperti poster-poster, *Power Point*, dan video penyuluhan.

3. Tahap Pelaksanaan

Tahap ketiga adalah tahap pelaksanaan. Pada tahapan ini, kegiatan penyuluhan dilaksanakan secara langsung kepada siswa. Terdapat beberapa tahap didalamnya:

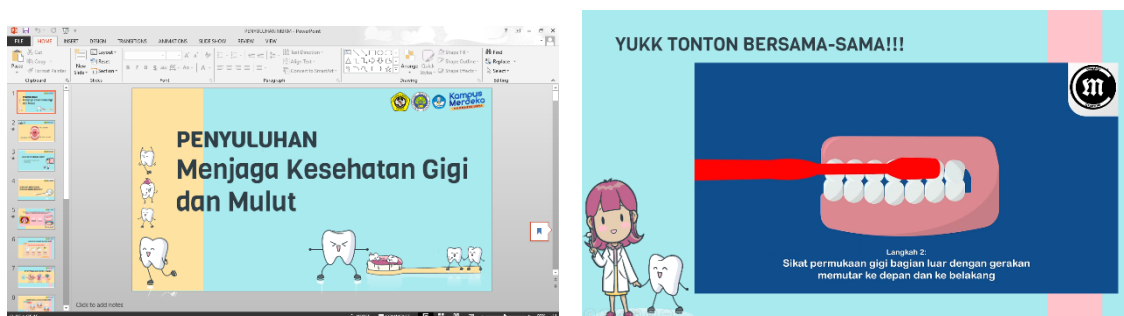
- a. Memantik siswa dengan pertanyaan sederhana untuk melihat sejauh mana pemahaman para siswa tentang materi yang akan disampaikan
- b. Memberikan materi penyuluhan tentang jenis-jenis gigi, fungsi gigi, penyakit yang dapat terjadi apabila tidak merawat dan menjaga kesehatan gigi dan mulut meliputi mengapa dapat terjadi dan proses terjadinya, cara merawat gigi dan mulut, serta menyelipkan materi tentang gizi yang meliputi makanan 4 sehat 5 sempurna
- c. Bermain tebak-tebakan untuk mengetahui apakah para siswa sudah memahami materi penyuluhan atau belum.

4. Tahap Pelaporan

Tahap terakhir adalah pelaporan, tahap penyusunan laporan akhir merupakan bukti pertanggungjawaban atas sudah terlaksananya program kegiatan Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut di Era Pandemi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 11 November 2021 di SDN Mojolangu 3 Malang. Kegiatan ini terdiri atas tahap perencanaan, tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pelaporan. Serta kegiatan ini dilaksanakan secara tatap muka langsung. Kegiatan penyuluhan ini dikatakan cukup berhasil karena antusiasme para siswa yang sangat positif dan responsif dari awal hingga akhir kegiatan, serta pengetahuan dan pemahaman siswa terkait menjaga kesehatan gigi dan mulut ini semakin bertambah dan semakin baik. Diadakannya kegiatan penyuluhan ini sangat bermanfaat bagi para siswa.



Gambar 2. Media yang Digunakan Untuk Penyuluhan

Pada tahap pelaksanaan kegiatan, sebelum pemberian materi pada kegiatan penyuluhan diberikan kepada para sasaran, yaitu para siswa, para siswa dipantik dengan pertanyaan-pertanyaan sederhana tentang berapa jumlah gigi pada usia anak-anak atau biasa disebut dengan gigi susu dan apa fungsi gigi. Hampir seluruh siswa dapat menjawab pertanyaan dengan benar, meskipun belum benar seutuhnya karena pertanyaan ini untuk mencari tahu dan mengukur sudah seberapa jauh pemahaman atau pengetahuan siswa tentang gigi dan mulut. Namun, masih ada juga beberapa siswa yang tidak menjawab saat diberikan pertanyaan tersebut. Sehingga, dapat ditemukan bahwa masih ada siswa yang belum mendapatkan pengetahuan atau informasi seputar gigi dan mulut.



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan

Setelah pertanyaan pemantik diberikan, selanjutnya langsung diberikan materi yang pertama tentang jenis dan fungsi gigi. Gigi sendiri terbagi dua, yaitu gigi susu yang dimiliki oleh anak-anak dan juga gigi tetap yang dimiliki oleh orang-orang yang sudah dewasa. Jenis gigi pada gigi susu dan gigi tetap adalah sama, yaitu gigi seri yang berada pada bagian depan gigi, gigi taring yang berbentuk lancip, dan gigi geraham yang ada dibelakang. Perbedaan dari keduanya adalah jumlah giginya. Gigi susu berjumlah 20 gigi, sedangkan gigi tetap berjumlah 32 gigi. Fungsi dari beberapa jenis gigi sendiri berbeda-beda, pertama, gigi seri berguna untuk menggigit makanan, kedua, gigi taring berguna untuk menyobek atau mengoyak makanan, dan ketiga, gigi geraham berguna untuk mengunyah dan menghancurkan makanan [7].

Adapun penyakit yang dapat terjadi apabila tidak dapat menerapkan kebiasaan yang baik dan benar dalam perawatan kesehatan gigi dan mulut, pertama gigi berlubang (karies gigi) yang sangat sering terjadi dan dirasakan oleh usia anak-anak. Faktor utama penyebab terjadinya gigi berlubang adalah makanan [8]. Hal tersebut dapat terjadi lantaran karena anak-anak sering kali mengkonsumsi makanan dan minuman yang dapat memicu karies gigi [9], sehingga apabila hal tersebut dibiarkan terjadi terus-menerus tanpa diselaraskan dengan perawatan yang benar dan baik maka akan menimbulkan bakteri yang selanjutnya dapat mengikis lapisan gigi dan menjadikan gigi hitam dan berlubang. Anak yang sudah memiliki karies gigi akan merasakan ngilu pada

giginya yang berlubang, yang pada akhirnya dapat mengurangi nafsu makan anak.

Penyakit selanjutnya adalah gusi bengkak dan kemerahan yang dapat terjadi karena penumpukan plak yang disebabkan oleh makanan yang menempel pada permukaan gigi yang belum dibersihkan dengan baik kemudian bercampur dengan bakteri yang ada didalam mulut yang akhirnya mengeras menjadi karang gigi. Didalam karang gigi tersebut terdapat bakteri yang dapat mengikis gusi apabila tidak segera dibersihkan maka akan semakin membuat gusi bengkak dan kemerahan. Pada akhirnya, dapat membuat gigi goyang dan harus dilepas.

Penyakit yang dapat terjadi pada gigi dan mulut dapat terjadi karena perilaku yang mengabaikan kebersihan gigi dan mulut. Serta, penyakit gigi dan mulut dapat terjadi karena pola makan, cara perawatan dan pemeriksaan ke dokter gigi secara berkala yang kurang benar, sehingga gigi dan mulut harus dirawat dengan benar dan baik [10]. Cara merawat gigi sendiri juga sudah harus diajarkan sejak dini agar kerusakan atau penyakit yang dapat terjadi di dalam mulut dapat dihindarkan saat dewasa nanti [11]. Terdapat beberapa cara dalam merawat gigi yang benar dan baik serta wajib diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Cara pertama dengan menggosok gigi dengan rutin 2x sehari setelah sarapan dan sebelum tidur malam. Cara kedua adalah mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi yang mengandung 4 sehat 5 sempurna didalamnya. Serta harus meminimalisir konsumsi minuman dan makanan yang manis seperti permen. Cara ketiga adalah melakukan pemeriksaan gigi secara berkala paling lama 6 bulan sekali untuk melihat kondisi gigi dan mulut kita, serta untuk membersihkan karang gigi yang sudah menempal pada permukaan gigi.

Setelah penyampaian materi-materi tersebut, kegiatan selanjutnya adalah bermain tebak-tebakan dimana siswa yang dapat mengingat materi penyuluhan dan dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan dengan benar dan baik akan diberikan *reward*. Dari permainan ini, seluruh siswa dapat menjawab semua pertanyaan dengan benar, sehingga dapat diartikan bahwa pengetahuan atau informasi yang disampaikan dalam penyuluhan menjaga kesehatan gigi dan mulut ini dapat tersampaikan dengan benar dan baik kepada para siswa dan para siswa dapat memahaminya dengan baik. Serta, media yang digunakan seperti *power point* yang warna-warni, animasi video tutorial yang lucu dalam kegiatan penyuluhan membuat para siswa sangat antusias untuk melihatnya.



Gambar 4. Foto Bersama setelah Penyuluhan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penyuluhan yang sudah dilaksanakan sebelumnya, disimpulkan bahwa beberapa siswa sudah memahami tentang fungsi gigi, jenis-jenis gigi dan cara merawat gigi dengan baik. Adapun pemaparan materi yang disampaikan untuk semakin menambah wawasan siswa terkait menjaga kesehatan gigi dan mulut, yaitu:

- a. Jenis-jenis gigi yang berbeda, yaitu ada gigi seri gigi taring yang berada disamping gigi

- seri, dan gigi geraham.
- b. Jumlah gigi terutama pada usia anak-anak yang masih merupakan gigi susu berjumlah 20 gigi.
 - c. Fungsi-fungsi gigi, yaitu untuk menggigit dan mengunyah makanan, untuk berbicara, dan untuk membentuk wajah seseorang.
 - d. Penyakit yang dapat terjadi di dalam gigi dan mulut, yaitu gigi berlubang (karies gigi), gusi bengkak dan kemerahan.
 - e. Cara merawat gigi yang benar dan baik, yaitu menggosok gigi 2 kali sehari, Mengonsumsi makanan yang sehat dan, dan periksa gigi ke dokter gigi minimal 6 bulan sekali.

Dengan telah diadakannya kegiatan penyuluhan terkait menjaga kesehatan gigi dan mulut ini diharapkan lembaga atau institusi dapat mengagendakan kegiatan yang serupa setiap tahun dan dapat bekerjasama dengan puskesmas setempat untuk turut serta meningkatkan Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS). Dengan adanya kegiatan ini juga, maka lembaga turut serta dalam mengurangi angka terjadinya penyakit karies gigi pada usia anak-anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam kegiatan ini, kepada Dosen Pembimbing, pihak SDN Mojolangu 3 Malang, dan seluruh sasaran kegiatan. Tanpa ada dukungan dari seluruh pihak maka kegiatan penyuluhan ini tidak dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] V. Sumanti, T. Widarsa, and P. Duarsa, "Laporan hasil penelitian Faktor yang berhubungan dengan partisipasi orang tua dalam perawatan kesehatan gigi anak di Puskesmas Tegallalang I Factors related to parent ' s participation in child dental health care in Tegallalang I community health centre P," *Public Heal. Prev. Med. Arch.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–7, 2013.
- [2] Reza, "Hubungan Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Gigi dengan Karies Molar Satu Permanen pada Murid Umur 6-12 Tahun SDN 26 Lamteumen Timur Kota Banda Aceh," *J. Bahana Kesehat. Masy.*, vol. 1, no. 1, pp. 66–74, 2017, [Online]. Available: <http://journal.poltekkesjambi.ac.id/index.php/JBKM/article/view/24>.
- [3] A. Hendarto, "Nutrisi dan Kesehatan Gigi-Mulut pada Anak," *Sari Pediatr.*, vol. 17, no. 1, p. 71, 2016, doi: 10.14238/sp17.1.2015.71-5.
- [4] J. C. Lintang, H. Palandeng, and M. A. Leman, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Tingkat Keparahan Karies Gigi Siswa Sdn Tumulung Minahasa Utara," *e-GIGI*, vol. 3, no. 2, 2015, doi: 10.35790/eg.3.2.2015.10370.
- [5] G. Mahat and F. Bowen, "Parental knowledge about urban preschool children's oral health risk," *Pediatr. Nurs.*, vol. 43, no. 1, pp. 30–34, 2017.
- [6] M. Ilyas and I. N. Putri, "Efek penyuluhan metode demonstrasi menyikat gigi terhadap penurunan indeks plak gigi pada murid sekolah dasar Effect of demonstration method counseling on brushing teeth to the decreasing of plaque value of elementary school students," *J. Dentomaxillofacial Sci.*, vol. 11, no. 2, p. 91, 2012, doi: 10.15562/jdmfs.v11i2.302.
- [7] A. M. Puspitasari, D. E. Ratnawati, and A. W. Widodo, "Klasifikasi Penyakit Gigi Dan

- Mulut Menggunakan Metode Support Vector Machine,” *J-Ptiik*, vol. 2, no. 2, pp. 802–810, 2018, [Online]. Available: <http://j-ptiik.ub.ac.id>.
- [8] S. Ramayanti and I. Purnakarya, “Peran Makanan terhadap Kejadian Karies Gigi,” *J. Kesehat. Masy.*, vol. 7, no. 2, pp. 89–93, 2013, [Online]. Available: <http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/article/view/114/120>.
- [9] N. Fatimatuzzahro, R. C. Prasetya, and W. Amilia, “Gambaran Perilaku Kesehatan Gigi Anak Sekolah Dasar Di Desa Bangsalsari Kabupaten Jember,” *J. IKESMA*, vol. 12, no. 2, p. 85, 2016.
- [10] C. L. Andesti, S. Sumijan, and G. W. Nurcahyo, “Expert System in Accuracy to Identify Gingivitis in Humans Using the Certainty Factor Method,” *J. Inf. dan Teknol.*, vol. 2, pp. 97–103, 2020, doi: 10.37034/jidt.v2i3.69.
- [11] S. Mulyati and N. Amita, “Praktek Merawat Gigi pada Anak,” *Inov. dan Kewirausahaan*, vol. 2, no. 2, pp. 130–135, 2013.