

## MENGGOSOK GIGI GUNA MEMBENTUK PERILAKU KEBIASAAN MENYIKAT GIGI YANG BENAR PADA ANAK TK AR-RAUDHAH GAMPONG PUSONG BARU KECAMATAN BANDA SAKTI KOTA LHOKSEUMAWE

Cut Linar<sup>1</sup>, Wulan Mairani<sup>2</sup>, Safira Kemala Putri<sup>3</sup>, Sarra Nadia<sup>4</sup>, Siti  
Hilyatunnisaq<sup>5</sup>, Khairaturrahmi<sup>6</sup>

[cutlinar@gmail.com](mailto:cutlinar@gmail.com)<sup>1</sup>, [wulanmairani28@gmail.com](mailto:wulanmairani28@gmail.com)<sup>2</sup>, [safirakemalaputri818@gmail.com](mailto:safirakemalaputri818@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[sarranadia09@gmail.com](mailto:sarranadia09@gmail.com)<sup>4</sup>, [hilyatunnisa023@gmail.com](mailto:hilyatunnisa023@gmail.com)<sup>5</sup>, [Khairaturrahmi0308@gmail.com](mailto:Khairaturrahmi0308@gmail.com)<sup>6</sup>

STIKES Darussalam Lhokseumawe

### ABSTRAK

Anak usia pra sekolah merupakan golongan rawan terjadi permasalahan kesehatan gigi dan mulut khususnya karies gigi. Anak pada usia tersebut sangat gemar mengonsumsi makanan yang mengandung gula tanpa diimbangi dengan perawatan kesehatan gigi. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak pra sekolah tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar untuk membentuk kebiasaan menyikat gigi. Peserta kegiatan terdiri dari anak pra sekolah dari TK Ar-Raudhah Gampong Pusong Baru Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe berjumlah 10 anak. Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah persiapan dengan melakukan studi pendahuluan ke TK Ar-Raudhah Gampong Pusong Baru Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe, pelaksanaan penyuluhan yaitu edukasi kesehatan dengan media power point dan phantom gigi dilanjutkan dengan praktik gosok gigi yang benar didampingi oleh tim pengabdian. 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:** Gosok Gigi, Pendidikan Kesehatan, Usia Pra Sekolah.

### ABSTRACT

*Pre-school children are a group prone to dental and oral health problems, especially dental caries. Children at this age are very fond of consuming foods that contain sugar without being balanced with dental health care. The aim of this community service activity is to increase the knowledge and skills of pre-school children on how to brush their teeth properly and correctly to form a habit of brushing their teeth. The activity participants consisted of 10 pre-school children from the Ar-Raudhah Gampong Pusong Baru Kindergarten, Banda Sakti District, Lhokseumawe City. The stages of implementing this community service activity are preparation by conducting a preliminary study at the Ar-Raudhah Gampong Pusong Baru Kindergarten, Banda Sakti District, Lhokseumawe City, carrying out outreach, namely health education using power points and dental phantoms, followed by the practice of correct tooth brushing accompanied by the service team. The evaluation results show that there is an increase in children's understanding of healthy teeth, the benefits of brushing teeth, and when to brush teeth, as well as an increase in children's skills in practicing good and correct tooth brushing. Optimizing the tooth brushing movement should be carried out continuously at school and continued at home with support from parents.*

**Keywords:** Brushing Teeth, Health Education, Pre-School Age.

### PENDAHULUAN

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 (WHO, 2018). Masalah gigi di Indonesia terbesar yaitu gigi berlubang sebesar 45,3% dan mayoritas masalah kesehatan mulut adalah gusi bengkak sebesar 14% (Kemenkes R.I, 2018).

Permasalahan kesehatan gigi dan mulut juga terjadi pada usia anak-anak. Usia pra sekolah merupakan golongan rawan terjadi karies gigi (Ardayani & Zandroto, T, n.d.). Sebesar 93 persen anak usia dini di Indonesia mengalami gigi berlubang dan persentase perilaku anak usia 3-4 tahun untuk waktu menyikat gigi yang benar hanya 1,1% (Kemenkes R.I, 2018). Padahal, target Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan World Dental Federation (FDI) sebesar 50 persen anak 5-6 tahun dapat bebas dari karies gigi dan tidak ada lagi anak usia 12 dengan DMF-T (Indeks karies gigi) lebih dari 3 yaitu dengan kriteria tinggi dan sangat tinggi. Oleh karena itu, pengenalan dan pembiasaan gosok gigi yang baik dan benar pada anak usia dini begitu pentingnya dilakukan. Perawatan gigi sudah dapat mulai dikenalkan pada usia 2-3 tahun dengan harapan kesehatan gigi dan mulut anak dapat terpantau dan terjaga dengan baik.

Usia anak 3-5 tahun umumnya memiliki kegemaran mengkonsumsi 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 mengkonsumsi makanan manis (66%) dan memiliki kebiasaan gosok gigi yang buruk yaitu sebesar 51,1% (Ernawati, A., & Amin, 2011). 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, O., Tumaji, T., & Roosiermiatie, 2017). 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, M. J., Wilson, D., & Rodgers, 2021). Namun, kemampuan untuk membersihkan gigi kurang optimal karena kemampuan motorik halus belum berkembang secara optimal.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di TK Ar-Raudhah Gampong Pusong Baru Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe ditemukan beberapa kondisi gigi anak sudah mengalami karies dan berlubang. Menurut penjelasan dari beberapa orang tua anak, perilaku anak tidak sehat kerap ditunjukkan yaitu tidak menggosok gigi sesudah makan dan sebelum tidur karena anak belum memahami pentingnya menggosok gigi dua kali sehari. Selain itu, kesibukan orang tua yang tidak telaten memantau kesehatan gigi anak. Menurut keterangan dari wali kelas pernah ada murid saat belajar mengalami sakit gigi. Hal ini tentu sangat mengganggu aktivitas anak di sekolah.

## **METODOLOGI**

Kegiatan ini dilakukan yaitu pendidikan kesehatan tentang sikat gigi pada usia pra

sekolah. Berlangsung selama 60 menit dilaksanakan di TK Ar-Raudhah Gampong Pusong Baru Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi kepada anak pra sekolah tentang menyikat gigi dengan benar. Penyuluhan berupa presentase, demonstrasi menggunakan panthom dan pemberian poster. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 10 orang. Penyuluhan dilakukan kepada anak pra sekolah, yang diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 5 menit dengan menyampaikan salam pembukaan acara dan isi materi disampaikan langsung oleh pemateri selama 25 menit. Setelah materi di sampaikan, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya jawab selama 30 menit. Sesitanya jawab terdiri dari anak pra sekolah bertanya kepada pemateri dan pemateri memberikan jawaban dari pertanyaan kepada anak pra sekolah. Anak diberikan kesempatan untuk bertanya kepada pemateri dan menyampaikan feedback. Anak pra sekolah terlihat antusias dalam mengikuti penyuluhan. Sebelum penyampaian materi selesai dilakukan foto Bersama kepada peserta yang hadir.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Tolak ukur keberhasilan kegiatan Pengabmas diperoleh dari observasi tanya jawab saat penyuluhan dengan pertanyaan-pertanyaan dasar dan sederhana pada anak. Keberhasilan peningkatan capaian dari indikator yang sudah ditentukan. Hal ini berarti anak-anak menangkap stimulus-stimulus yang diberikan oleh tim pengabdian saat kegiatan penyuluhan.

Penyuluhan kesehatan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan media flipchar dengan banyak gambar sehingga minat dan antusias anak-anak menjadi meningkat. Edukasi kesehatan dengan menggunakan metode penyuluhan menggunakan media power point dan demonstrasi menggunakan phantom terbukti efektif dalam meningkatkan ketrampilan menyikat gigi anak usia dini (Razi, P., & Rosmawati, 2018). Kegiatan pengabmas ini juga didukung oleh penelitian terdahulu yang telah membuktikan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media power point dan phantom dengan dapat mempengaruhi perilaku siswa dalam menggosok gigi (Nurmalasari, A., Hidayati, S., & Prasetyowati, 2021). Anak-anak pra sekolah dapat mengetahui secara jelas bagaimana bentuk gigi secara utuh dan begitu pula jika gigi anak berlubang. Selain itu, 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. Edukasi gosok gigi sejak dini dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak pra sekolah (Amila & Hasibuan, 2020). Anak-anak pada usia ini sangat antusias jika diberikan informasi-informasi baru dengan metode yang menarik.

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). 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, N. Y. W. P., & Suparno, 2019) 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%).

Beberapa dampak yang perlu diketahui anak apabila terjadi permasalahan pada gigi yaitu bahaya karies gigi yang mengakibatkan gigi dapat mudah keropos dan patah, sehingga anak malas untuk makan (Widayanti, 2014). Selain itu, ketika anak mengalami sakit gigi tentu akan berimbas pada penurunan aktivitas sehari-hari anak dan hilangnya waktu bermain anak (Fatimatuzzahro, N., Prasetya, R. C., & Amilia, 2017). Dampak berkepanjangan dari gigi berlubang adalah rasa sakit pada gigi yang diakibatkan adanya kontak makanan dengan saraf gigi karena lapisan dentin yang rusak. Permasalahan yang dapat timbul di sekitar mulut jika kesehatan gigi tidak terjaga diantaranya peradangan pada gusi dan sariawan.

Mayoritas anak umumnya tidak mengetahui makanan apa saja yang berbahaya bagi kesehatan gigi. Usia pra sekolah umumnya memang menyukai makanan yang manis akan tetapi tidak diimbangi dengan perawatan gigi yang baik. (Maulidta, K. W., & Hastuti, 2017) menunjukkan kebiasaan makan jajanan kariogenik pada anak usia pra sekolah cukup tinggi (88,3%) dan ada hubungan yang signifikan konsumsi makanan jajanan kariogenik dengan karies gigi. Penelitian serupa juga turut membuktikan semakin tinggi mengkonsumsi makanan manis, semakin tinggi anak memiliki risiko mengalami kejadian karies gigi (Eni, 2021). Makanan manis dengan konsistensi lengket sulit dibersihkan dari permukaan gigi. Hal ini akan membentuk plak yang akan ditumbuhi bakteri yang mengubah glukosa menjadi asam, sehingga rongga mulut menjadi asam dan email gigi akan terlarut (Panna, n.d.).

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**

Kesimpulan dalam kegiatan pendidikan kesehatan ini yang dilaksanakan berjalan dengan baik, kegiatan tampak antusias dalam mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan tentang sikat gigi pada anak usia pra sekolah. Hal ini dibuktikan dengan antusias anak pra sekolah menjalankan kegiatan dengan teratur dan tertib juga mendengarkan pendidikan kesehatan tentang sikat gigi dan demonstrasi menyikat gigi dengan benar, menempel spanduk dan foto bersama oleh panitia kegiatan dan anak pra sekolah. Saran dalam kegiatan pendidikan kesehatan ini dapat dilakukan lebih sering agar anak pra sekolah lebih mengetahui tentang sikat gigi. Kegiatan pendidikan kesehatan yang sesuai dengan syarat kesehatan dan dapat lebih menambah pengetahuan dalam hal Kesehatan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- 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.
- Ardayani, T., & Zandroto, T. H. (n.d.). Deteksi Dini Pencegahan Karies Gigi Pada Anak dengan Cara Sikat Gigi di Paud Balqis, Asifa dan Tadzkiroh di Desa Babakan Kecamatan yang perlu diperhatikan. Sebuah studi mengatakan bahwa selama dekade terakhir dampak yang cukup berbahaya yaitu gigi menja. *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa*, 1(2), 59–67.
- 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.
- Eni, N. (2021). Hubungan Mengonsumsi Makanan Manis Terhadap Tingkat Kejadian Karies Pada

- Anak Usia Sekolah Dasar (Studi Literatur). *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 33–36. <http://doi.org/10.32382/mkg.v19i2.1944>
- 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), 183–192.
- Fatimatuzzahro, N., Prasetya, R. C., & Amilia, W. (2017). Gambaran perilaku kesehatan gigi anak sekolah dasar di Desa Bangsalsari Kabupaten Jember. *IKESMA*, 12(2).
- Hockenberry, M. J., Wilson, D., & Rodgers, C. C. (2021). *Wong's essentials of pediatric nursing-e-book*. Elsevier Health Sciences.
- Kemenkes R.I. (2018). Hasil utama RISKESDAS 2018. Jakarta: Kemenkes RI. Kemenkes RI.
- Maulidta, K. W., & Hastuti, S. (2017). Hubungan Kebiasaan Menggosok Gigi dan Konsumsi Makanan Jajanan Kariogenik dengan Kejadian Karies Gigi pada Anak Usia Prasekolah Di Taman Kanak-Kanak Pondok Beringin Semarang. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 1(1).
- Nurmalasari, 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.
- Oktarina, O., Tumaji, T., & Roosihermiatie, 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>
- Panna, S. S. (n.d.). Hubungan Antara Frekuensi Konsumsi Makanan Kariogenik Dan Tingkat Keparahan Karies Gigi Molar Satu Permanen. Skripsi Universitas Hasanuddin.
- 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.
- WHO. (2018). *Noncommunicable diseases country profiles 2018*.
- Widayanti, N. (2014). Faktor yang berhubungan dengan karies gigi anak pada usia 4-6 tahun. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 2(2), 196 – 205.