

PELATIHAN GOSOK GIGI YANG BENAR DI SDN 003/XI AUR DURI KOTA SUNGAI PENUH

Ns. Devfi Herlina, M.Kep¹, Ns. Riris Friandi, M.Kep²
¹⁻²Akademi Keperawatan Bina Insani Sakti Sungai Penuh

Email : kurniawanharimurti01@gmail.com, endi.arbios@yahoo.com

ABSTRAK

Masalah kesehatan gigi dan mulut yang paling banyak dikeluhkan khususnya pada anak-anak adalah karies gigi. Prevalensi karies gigi di Indonesia cenderung meningkat yaitu 43,4% - 53,2%. tahun 2018 mengungkapkan bahwa 90,7% masyarakat Indonesia yang menggosok gigi setelah makan pagi hanya 12% dan sebelum tidur hanya 28,7%. Sedangkan, sebanyak 94,8 % anak sekolah mempunyai kebiasaan menggosok gigi setiap hari dengan persentase yang menggosok gigi setelah makan pagi sebesar 95,7 % dan sebelum tidur malam hanya 26,6 % (Rafika Rahim, 2016). Tujuan setelah pelatihan singkat, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan siswa dalam menggosok gigi yang baik dan benar di SDN 003/XI Aur Duri Kota Sungai Penuh. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa pelatihan singkat menggunakan Manikin gigi, gosok gigi, pasta gigi, lembar balik dan leaflet..Disarankan kepada pihak sekolah untuk dapat dijadikan acuan dalam upaya meningkatkan status kesehatan anak terutama kesehatan gigi dan mulut.

Kata kunci : menggosok gigi yang benar

ABSTRACT

Dental and oral health problems that are the most complained of, especially in children, are dental caries. The prevalence of dental caries in Indonesia tends to increase, namely 43.4% - 53.2%. in 2018 revealed that 90.7% of Indonesians who brush their teeth after breakfast are only 12% and only 28.7% before going to bed. Meanwhile, as many as 94.8% of school children have the habit of brushing their teeth every day with the percentage of those who brush their teeth after breakfast is 95.7% and before going to bed at night only 26.6%.(Rafika Rahim, 2016). The goal after the short training is to improve students' knowledge and ability in brushing their teeth properly and correctly at SDN 003/XI Aur Duri Kota Sungai Penuh. The activities carried out are in the form of short training using dental manikins, brushing teeth, toothpaste, flipcharts and leaflets

Keywords : brushing teeth

1. PENDAHULUAN

Pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut merupakan salah satu upaya meningkatkan kesehatan. Mulut bukan sekedar untuk pintu masuknya makanan dan minuman, akan tetapi fungsi mulut lebih dari itu dan tidak banyak orang menyadari besarnya peranan mulut bagi kesehatan dan kesejahteraan seseorang. Oleh karena itu, kesehatan gigi dan mulut sangat berperan dalam menunjang kesehatan seseorang. Anak usia sekolah dasar disebut juga sebagai masa sekolah, anak yang berada pada masa ini berkisar antara usia 6-12 tahun (Kemenkes RI, 2012).

Kesehatan gigi dan mulut merupakan salah satu hal yang penting dalam kehidupan manusia. Gigi adalah alat pengunyah dan termasuk dalam sistem pencernaan tubuh manusia. Selain itu gigi merupakan salah satu jalan masuk kuman ke dalam tubuh sehingga dapat menyebabkan masalah kesehatan yang lebih serius. Masalah kesehatan gigi dan mulut masih perlu diperhatikan, karena penyakit gigi dan mulut masih menjadi masalah yang sering dikeluhkan oleh masyarakat, salah satu penyakit yang banyak diderita masyarakat terutama pada anak-anak ialah karies gigi (Richard, 2008).

Karies gigi merupakan salah satu permasalahan kesehatan gigi yang paling banyak ditemukan di masyarakat. Pada anak-anak karies gigi adalah permasalahan kesehatan gigi yang paling banyak dikeluhkan. Kesehatan gigi dan mulut yang buruk akan berdampak kepada kualitas hidup anak karena akan berefek kepada beberapa aspek seperti bicara dan pengunyahan. Karies gigi juga akan menyebabkan rasa sakit, ketidaknyamanan, susah anak tidur malam hari dan hal tersebut bisa menyebabkan mereka tidak hadir sekolah (Richard, 2008).

Kebiasaan masyarakat Indonesia dalam menggosok gigi masih kurang baik. Survei Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 mengungkapkan bahwa 90,7% masyarakat Indonesia yang menggosok gigi setelah makan pagi hanya 12% dan sebelum tidur hanya 28,7%. Sedangkan, sebanyak 94,8 % anak sekolah mempunyai kebiasaan menggosok gigi setiap hari dengan persentase yang menggosok gigi setelah makan pagi sebesar 95,7 % dan sebelum tidur malam hanya 26,6 % (Rafika Rahim, 2016). Menggosok gigi pada waktu yang optimal dilakukan setelah makan dan sebelum tidur malam. Menggosok gigi setelah makan bertujuan untuk mengangkat sisa-sisa makanan yang menempel di permukaan ataupun disela-sela gigi dan gusi. Sedangkan menggosok gigi sebelum tidur, bertujuan untuk menahan perkembangbiakan bakteri dalam mulut karena dalam keadaan tidur tidak diproduksi ludah yang berfungsi membersihkan gigi dan mulut secara alami (Rachmat Hidayat, 2016).

Anak yang memasuki usia sekolah mempunyai resiko tinggi mengalami karies. Pada usia 6-12 tahun diperlukan perawatan lebih intensif karena pada usia tersebut terjadi pergantian gigi dan tumbuhnya gigi baru. Banyaknya jajanan yang ada di sekolah, dengan jenis makanan dan minuman yang manis, sehingga mengancam kesehatan gigi anak. Peningkatan frekuensi konsumsi makanan kariogenik akan menyebabkan keberadaan pH yang rendah di dalam mulut dipertahankan sehingga terjadi peningkatan demineralisasi dan penurunan remineralisasi. Padahal anak-anak usia sekolah dasar mengkonsumsi makanan yang mengandung sukrosa ini lebih dari 3 kali sehari (Chaerita, 2005). Makanan cemilan yang baik untuk gigi antara lain buah segar, popcorn (bukan popcorn berkaramel), air buah dan sayur, sereal tidak manis dan

asinan (Arisman, 2007). Maka hasil survey yang terbanyak terjadi karies pada anak-anak SD, karena pola konsumsi makanan kariogenik baik jenis, cara mengkonsumsi, waktu, dan frekuensi mengkonsumsi makanan kariogenik yang berlebih diduga dapat meningkatkan resiko terjadinya karies gigi pada anak (Chaerita, 2005).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2014 menyatakan bahwa 60-90% anak-anak sekolah di dunia memiliki karies gigi. Karies gigi juga dilaporkan menjadi penyakit paling umum dialami anak-anak di Amerika Serikat pada tahun 2012-2013 sekitar 22,7% anak umur 2-5 tahun mempunyai pengalaman karies. Prevalensi *Early Childhood Caries* (ECC) di Eropa Timur ditemukan tinggi hingga 56% pada tahun 2014 (Ramadhan, 2016).

Berdasarkan data dari RISKESDAS 2018, Di Indonesia terjadi peningkatan prevalensi terjadinya karies gigi pada penduduk Indonesia dibandingkan tahun 2018 lalu, yaitu dari 43,4 % (2018) menjadi 53,2 % (2019) yaitu kurang lebih di Indonesia terdapat 93.998.727 jiwa yang menderita karies gigi. Untuk prevalensi karies gigi berdasarkan provinsi terlihat bahwa hampir semua provinsi di Indonesia mengalami kenaikan prevalensi karies dari tahun 2018 ke tahun 2019, hanya 4 provinsi yang mengalami penurunan, yaitu Maluku Utara, Papua Barat, Jogjakarta dan Riau (Tri Ratna Ningsih, 2016).

Berdasarkan data yang di dapat dari RISKESDAS Provinsi Jambi pada tahun 2018 menunjukkan sebesar 16,8 % penduduk provinsi Jambi menyatakan mempunyai masalah gigi dan mulut dalam 12 bulan terakhir (*potential demand*). Diantara yang bermasalah gigi dan mulut, terdapat 36,2 % yang menerima perawatan dan pengobatan dari tenaga medis (perawat gigi, dokter gigi atau dokter gigi spesialis). Secara keseluruhan penduduk yang memiliki masalah kesehatan gigi dan mulut khususnya penyakit karies gigi dan periodontal tertinggi adalah Sungai Penuh dengan angka 28,6 % ,diikuti oleh daerah Kabupaten Kerinci 27,2% serta Kabupaten Tebo 25,2%, Kabupaten Bungo 21,7%, Tanjung Jabung Barat 18,6%, Merangin 17,7%, Batanghari 16,5%, Kota Jambi 16,3 %, Sarolangun 8,5%, Muaro Jambi 6,7%, dan terendah Tanjung Jabung Timur 6,2%(Riskesdas Provinsi Jambi, 2018).

Berdasarkan data yang didapat dari puskesmas Pondok Tinggi dari 10 Sekolah Dasar, SDN 003/XI menduduki urutan pertama penderita karies gigi terbanyak yaitu 71 orang penderita karies gigi, dan urutan kedua yaitu SDN 011 dengan jumlah penderita karies gigi 39 orang.

Dari berbagai alasan tersebut diatas maka kami tertarik melakukan penelitian singkat dengan judul pelatihan gosok gigi yang benar di SDN 003/XI Aur Duri Kota Sungai Penuh.

2. MASALAH

Alasan kami memilih tempat kegiatan karena berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas Pondok Tinggi SDN 003/XI Aur Duri menduduki urutan pertama penderita karies gigi terbanyak di wilayah kerja Puskesmas Pondok Tinggi. Selain itu, pengetahuan siswa/siswi tentang menggosok gigi yang benar masih sangat minim. Dan tujuan dari penyuluhan ini

adalah agar siswa siswi SDN 003/XI Aur Duri dapat mengetahui cara menggosok gigi yang baik dan benar.



Gambar 2.1. lokasi pengabdian masyarakat SDN 003/XI Aur Duri

3. METODE

a. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planning, persiapan penyajian leaflet dan pantom gigi, sikat gigi dan pasta gigi. Tempat dan alat-alat lain disiapkan di SDN 003/XI Aur Duri Kota Sungai Penuh. Pembuatan leaflet dimulai pada hari sabtu 01 November 2021, dilakukan pengecekan untuk persiapan pelatihan singkat.

b. Tahap pelaksanaan

Acara ini dengan pemberitahuan kepada kepala sekolah untuk mengarahkan siswa siswi SDN 003/XI Aur Duri untuk berkumpul dan dilanjutkan dengan pelatihan singkat tentang cara menggosok gigi dengan benar.

c. Evaluasi

1) Struktur

Peserta hadir sebanyak 20 orang siswa/siswi di SDN 003/XI Aur Duri setting tempat sudah sesuai dengan rencana yang dibuat dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang digunakan sudah komunikatif dalam penyampaiannya, siswa/siswi dapat memahami materi yang sudah disampaikan tim pengabdian masyarakat dan dapat memfasilitasi audiensi selama berjalannyapelatihan dan diskusi.

2) Proses

Pelaksanaan kegiatan pukul 09.00 s/d 11.00 WIB. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan penyuluhan cara menggosok gigi dengan benar dilaksanakan pada tanggal 13 November 2021 di ruang kelas SDN 003/XI Aur Duri kecamatan Pondok Tinggi. Pelaksanaan pelatihan singkat ditujukan pada siswa siswi SDN 003/XI Aur Duri yang kurang mengetahui cara menggosok gigi dengan benar. Media dan alat yang disediakan berupa leaflet dan pantom mulut dan gigi. Metode yang digunakan adalah ceramah, Tanya jawab atau evaluasi dengan mempraktekkan cara menggosok gigi dengan benar pada pantom. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan :



Gambar 2.2: foto kegiatan PKM



Gambar 2.3: foto kegiatan PKM

5. KESIMPULAN

Pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut merupakan salah satu upaya meningkatkan kesehatan. Mulut bukan sekedar untuk pintu masuknya makanan dan minuman, akan tetapi fungsi mulut lebih dari itu dan tidak banyak orang menyadari besarnya peranan mulut bagi kesehatan dan kesejahteraan seseorang. Oleh karena itu, kesehatan gigi dan mulut sangat berperan dalam menunjang kesehatan seseorang. Anak usia sekolah dasar disebut juga sebagai masa sekolah, anak yang berada pada masa ini berkisar antara usia 6-12 tahun (Kemenkes RI, 2012).

tujuan dari penyuluhan ini adalah agar siswa siswi SDN 003/XI Aur Duri dapat mengetahui cara menggosok gigi yang baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman (2002). *Gizi Dalam Daur Kehidupan* Edisi 2. Jakarta : EGC
- Deynilisa, Saluna (2015). *Ilmu Konservasi Gigi*. Jakarta : EGC
- Djamil, SadonoMelanie (2011). *A-Z Kesehatan Gigi Panduan Lengkap Kesehatan Gigi Keluarga* Cetakan 1. Solo : Metagraf
- Hidayat, Alimul Aziz (2013). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Hidayat, Rachmat (2016). *Kesehatan Gigi dan Mulut Apa yang Sebaiknya Anda Tahu?* Edisi 1. Yogyakarta : Andi
- Kementerian Kesehatan RI Tahun 2012. *Buku Panduan Pelatihan Kader Kesehatan Gigi dan Mulut di Masyarakat*.
- Maulani, Chaerita; Enterprise, Jubilee (2005). *Kiat merawat gigi anak*. Jakarta : Elex Media Komputindo
- Notoatmodjo (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta