

# Peningkatan Pola Hidup Sehat untuk Gigi yang Sehat melalui Penyuluhan dan Pelatihan Teknik Menyikat Gigi di Pendidikan Anak Usia Dini Islam Terpadu (PAUDIT) Nurul Fikri Banjarmasin

Nurdiana Dewi<sup>\*1</sup>, Beta Widya Oktiani<sup>1</sup>, Sherli Diana<sup>1</sup>, Hasnaa Ramadhani P.P.<sup>1</sup>, Ainna Dewi Iriani<sup>1</sup>, Rizki Amalia<sup>1</sup>, Annisa Fitriyana<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Gigi Program Profesi, Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin

\*Penulis korespondensi : [nurdiana.dewi@ulm.ac.id](mailto:nurdiana.dewi@ulm.ac.id)

Received: 11 September 2023 / Accepted: 10 November 2023

## Abstract

*One of the dental and oral problems that often occurs is caries. Young children are at higher risk because their ability to maintain oral hygiene is still not optimal. One approach to improve dental and oral health must begin as early as possible. One effort to improve dental and oral health is to instill in children the habit of maintaining healthy teeth through counseling and training. The counseling and toothbrushing training provided in this service activity is carried out to young children supported by parents and teachers using a participatory method consisting of 3 stages, namely planning, implementation and evaluation. It is hoped that this outreach activity and toothbrushing training will provide an opportunity to teach children the importance of oral health and how to care for them properly. Counseling and training were carried out to students, teachers and parents at PAUDIT Nurul Fikri Banjarmasin. Counseling was carried out through animated videos, banners and dental puppets. Tooth brushing training was carried out with students brushing their teeth accompanied by parents and teachers. Based on the evaluation results, it was found that all parents were able to help their children brush their teeth better, and based on the results of interviews regarding the habit of brushing their teeth at home, all parents admitted that they always accompanied their children in brushing their teeth morning and night. In conclusion, counseling and toothbrush training provided to young children, parents and teachers can enhance children, parents and teachers knowledge and skills in tooth brushing. It is hoped that this activity will become the basis for the establishment of the Little Dentist Program.*

**Keywords:** Dental education, early childhood, healthy lifestyles tooth brushing training

## Abstrak

*Salah satu permasalahan gigi dan mulut yang sering terjadi adalah karies. Anak usia dini memiliki resiko lebih tinggi karena kemampuannya dalam menjaga kebersihan mulut yang belum optimal. Salah satu upaya dalam meningkatkan kesehatan gigi dan mulut adalah dengan menanamkan pembiasaan anak dalam menjaga kesehatan gigi melalui penyuluhan dan pelatihan. Penyuluhan dan pelatihan menyikat gigi yang diberikan dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan kepada anak usia dini didukung oleh orang tua dan guru dengan metode partisipatif yang terdiri dari 3 tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Variabel yang diamati adalah pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menyikat gigi dengan didampingi orang tua dan guru. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan menyikat gigi ini diharapkan akan memberikan peluang untuk mengajarkan anak-anak pentingnya kesehatan gigi dan mulut serta bagaimana merawatnya dengan benar. Penyuluhan dan pelatihan dilakukan kepada siswa, guru dan orang tua siswa di PAUDIT Nurul Fikri Banjarmasin. Penyuluhan dilakukan melalui media video animasi, banner, serta*

*boneka gigi. Pelaksanaan pelatihan menyikat gigi dilakukan dengan siswa menyikat gigi didampingi oleh orang tua dan guru. Berdasarkan hasil evaluasi diketahui seluruh orang tua mampu membantu anak dalam menyikat gigi dengan lebih baik, dan berdasarkan hasil wawancara tentang pembiasaan menyikat gigi di rumah, seluruh orang tua mengaku selalu mendampingi anak dalam menyikat gigi pagi dan malam. Dapat disimpulkan bahwa penyuluhan dan pelatihan teknik menyikat gigi yang diberikan kepada anak, orang tua dan guru dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak, orang tua dan guru dalam menyikat gigi. Kegiatan ini diharapkan menjadi dasar untuk pembentukan Program Dokter Gigi Kecil.*

**Kata kunci:** Anak usia dini, pelatihan menyikat gigi penyuluhan gigi, pola hidup sehat

## 1. PENDAHULUAN

Gigi dan mulut merupakan organ awal pencernaan manusia baik dilakukan secara mekanis maupun secara kimiawi. Gigi dan mulut berperan dalam pemotongan dan penghancuran makanan agar makanan mudah dicerna dan diserap oleh tubuh. Gigi dan mulut memiliki beberapa fungsi diantaranya mengunyah, menelan, serta mencerna makanan dan minuman sebelum menuju lambung. Mengingat pentingnya peran serta fungsi dari gigi dan mulut, oleh karena itu kondisi gigi dan mulut harus terus dijaga agar tidak mengganggu proses pencernaan.<sup>1</sup>

Salah satu permasalahan gigi dan mulut yang sering terjadi adalah karies. Anak usia dini memiliki resiko lebih tinggi karena kemampuannya dalam menjaga kebersihan mulut yang belum optimal. Selain itu anak usia dini berada pada tahap perkembangan gigi sulung. Gigi sulung lebih rentan terkena karies dibandingkan gigi permanen. Karies merupakan penyakit yang mengenai gigi dan bersifat multifaktorial. Salah satu faktor utama terjadinya karies adalah seringnya mengonsumsi makanan dan minuman kariogenik dengan sukrosa yang tinggi. Sukrosa akan dirubah menjadi asam oleh bakteri *Streptococcus mutans* dan *Lactobacilli* kemudian pH plak akan menurun sampai di bawah 5 dalam waktu 1-3 menit. Jika hal ini terjadi terus-menerus maka akan mengakibatkan demineralisasi email pada permukaan gigi dan proses karies dimulai.<sup>2,3</sup>

Karies pada anak menimbulkan berbagai dampak, antara lain menghambat perkembangan anak sehingga akan menurunkan tingkat kecerdasan anak yang secara jangka panjang akan berdampak pada kualitas hidup masyarakat (Widayati, 2014). Peningkatan kesehatan gigi dan mulut harus dimulai sedini mungkin, karena kesehatan gigi dan mulut pada anak usia dini akan mempengaruhi pengaturan pertumbuhan gigi lebih lanjut. Selain itu, kondisi gigi pada usia dini sangat memengaruhi kemampuan anak untuk berbicara dan penguasaannya. Pembiasaan anak menyikat gigi sejak dini akan membentuk pola perilaku yang tertanam dengan baik hingga dewasa. Anak akan terbiasa dengan perilaku sehat yang tidak mudah hilang pada tahapan perkembangan selanjutnya.<sup>4,5</sup>

Salah satu upaya dalam menanamkan pembiasaan anak dalam menjaga kesehatan gigi adalah melalui penyuluhan dan pelatihan. Penyuluhan dan pelatihan menyikat gigi yang diberikan kepada anak usia dini akan memberikan peluang untuk mengajarkan anak-anak pentingnya kesehatan gigi dan mulut serta bagaimana merawatnya dengan benar. Penyuluhan dan pelatihan dalam pengabdian ini dilaksanakan di KB/TKIT Nurul Fikri Banjarmasin. Berdasarkan studi pendahuluan, rata-rata siswa KB/TKIT Nurul Fikri Banjarmasin mengalami karies. Kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut hanya dilakukan secara umum sesuai jadwal puskesmas. Belum pernah dilakukan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut dari pihak lain.

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan menanamkan pembiasaan anak usia dini dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Adanya penyuluhan dan pelatihan yang dilakukan oleh dokter gigi sebagai tenaga pendidik dan mahasiswa profesi dari Kedokteran Gigi ULM dengan metode pendekatan psikologis yang tepat pada anak, diharapkan akan memberikan pemahaman yang tepat bagi anak, orang tua dan guru juga tentang pentingnya menyikat gigi dan membiasakan anak menyikat gigi dengan teratur baik di rumah maupun di sekolah dengan bantuan orang tua dan guru.

## **2. METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan pelatihan bagi siswa, guru dan orang tua siswa di PAUDIT Nurul Fikri Banjarmasin untuk membiasakan anak menyikat gigi dengan benar dalam upaya pencegahan penyakit gigi dan mulut pada anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pendekatan partisipatif. Pendekatan ini melibatkan aktivitas kolaboratif antara akademisi, praktisi dan masyarakat dalam merencanakan, melaksanakan dan mengevaluasi program yang bertujuan untuk memecahkan masalah atau meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Pendekatan partisipatif dilaksanakan melalui tiga tahapan <sup>6-8</sup>

- **Perencanaan**

Pada tahap perencanaan ini ditentukan rencana kegiatan berdasarkan identifikasi masalah yang sebelumnya pernah dilakukan melalui studi pendahuluan di PAUDIT Nurul Fikri Banjarmasin terhadap siswa, guru dan orang tua siswa terkait masalah gigi dan mulut yang banyak diderita siswa. Berdasarkan studi pendahuluan diketahui tingkat karies tinggi siswa dan orang tua maupun guru belum mengetahui bagaimana teknik menyikat gigi yang tepat. Guru dan orang tua masih menerapkan cara yang salah dalam teknik menyikat gigi. Anak juga belum menyadari pentingnya menyikat gigi. Berdasarkan masalah ini kemudian dilakukan perencanaan penyuluhan dan pelatihan menyikat gigi dengan melibatkan siswa, guru dan orang tua.

- **Pelaksanaan**

Pada tahap pelaksanaan, dilakukan penyuluhan dan pelatihan terhadap siswa, guru dan orang tua murid. Kegiatan penyuluhan dilakukan melalui media video animasi, banner dan boneka gigi. Kegiatan pelatihan dilakukan dengan sikat gigi massal. Siswa menyikat gigi dengan didampingi orang tua dan guru.

- **Evaluasi**

Evaluasi terkait penyuluhan dan pelatihan menyikat gigi dilakukan 2 minggu setelah pelaksanaan penyuluhan. Keberhasilan dari kegiatan pengabdian ini diindikasikan dengan meningkatnya pengetahuan dan ketrampilan siswa dalam menyikat gigi dengan didampingi orang tua dan guru.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan penyuluhan dan pelatihan menyikat gigi ini dilakukan di PAUDIT Nurul Fikri Banjarmasin, yang bertempat di Komplek Agraria 2, Gg 3, Jl. Cempaka Raya No.02,

Basirih, Kecamatan Banjarmasin Barat, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Kode Pos 70245. Waktu pelaksanaan pengabdian ini adalah Jumat, 28 Juli 2023. Kegiatan dilakukan secara luring di lokasi kegiatan. Penyuluhan dan pelatihan dilakukan oleh 3 orang dokter gigi spesialis dan 4 orang mahasiswa profesi Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin. Peserta pada kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini adalah 10 orang siswa TK B yang didampingi oleh ibunya, dan 3 orang guru. Proses penyuluhan dan pelatihan dilakukan selama satu hari, mulai pukul 08.00 WITA sampai 11.00 WITA. Pada tahap pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan dilakukan beberapa proses, meliputi :

a) Senam bersama

Senam bersama dilaksanakan oleh seluruh tim pengabdian, guru dan siswa. Senam ini bertujuan untuk meningkatkan semangat siswa dalam memulai kegiatan pada hari tersebut, dan untuk meningkatkan bonding antara tim pengabdian dengan siswa sehingga diharapkan informasi yang diberikan oleh tim pengabdian dapat diterima dengan lebih baik oleh siswa.



Gambar 1. Senam bersama

b) Penyuluhan kepada anak menggunakan media video animasi

Penyuluhan tentang pentingnya menyikat gigi dilakukan melalui media animasi yang ditayangkan melalui proyektor. Dalam video animasi ini dijelaskan akibat jika banyak mengkonsumsi makanan yang lengket dan manis tanpa diimbangi dengan menyikat gigi akan menyebabkan gigi menjadi rusak sehingga menimbulkan sakit gigi. Gigi yang rusak harus segera mendapatkan penanganan yang tepat oleh dokter gigi agar dapat kembali sehat. Siswa antusias menonton dan mengikuti cerita dalam video, karena video animasi ini disesuaikan dengan usia anak PAUD. Siswa PAUD termasuk dalam kategori usia pra-sekolah. Penggunaan metode penyuluhan video animasi pada anak usia pra sekolah memiliki sejumlah keuntungan yang signifikan dalam menyampaikan informasi dan pembelajaran, antara lain :

- Daya tarik visual. Anak-anak pra sekolah cenderung lebih tertarik pada visual, warna-warni, dan gambar gerak. Video animasi memiliki Daya Tarik visual yang kuat, yang dapat membuat anak-anak lebih fokus dan terlibat dalam proses belajar
- Pemahaman yang lebih baik. Video animasi dapat menggambarkan konsep atau informasi yang kompleks dengan cara yang lebih sederhana dan mudah dipahami oleh anak-anak. Gerakan, gambar dan animasi dapat membantu memvisualisasikan konsep yang sulit

- Peningkatan daya ingat. Kombinasi audio dan visual dalam video animasi membantu memperkuat daya ingat anak-anak. Mereka cenderung lebih baik mengingat informasi yang disajikan dalam bentuk yang menarik dan berwarna
- Interaksi yang menyenangkan. Video animasi yang interaktif, misalnya dengan adanya pertanyaan-pertanyaan atau tantangan sederhana, dapat menciptakan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan. Ini dapat mendorong anak untuk berpartisipasi dan merasa aktif dalam pembelajaran
- Pemberian contoh konkret. Video animasi dapat memberikan contoh konkret tentang bagaimana melakukan sesuatu atau menggambarkan situasi tertentu. Ini membantu anak-anak memahami konsep dengan cara yang lebih nyata dan aplikatif



Gambar 2. Penyuluhan pada siswa PAUD dengan media video animasi

- c) Penyuluhan teknik pendampingan dalam menyikat gigi anak kepada orang tua dan guru menggunakan media banner dan boneka gigi

Sebelum kegiatan menyikat gigi dimulai, orang tua dan guru diberikan informasi tentang teknik menyikat gigi yang benar melalui media banner. Dalam penyuluhan ini diberikan informasi tentang cara membersihkan rongga mulut anak sesuai usia, penggunaan pasta gigi berfluoride yang disarankan, serta cara menyikat gigi yang benar. Dalam kegiatan ini orang tua dan guru berantusias mengikuti kegiatan yang dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait materi penyuluhan. Menurut pengakuan orang tua dan guru, mereka baru mengetahui teknik yang benar dan selama ini banyak melakukan kesalahan dalam menjaga kebersihan rongga mulut.



(a)

(b)



(c)

Gambar 3. Penyuluhan gigi kepada orang tua dengan media banner dan boneka gigi. (a) Penyuluhan gigi menggunakan media banner; (b) Banner yang berisi petunjuk menyikat gigi dan mulut anak; (c) Penyuluhan cara menyikat gigi dengan media boneka gigi

d) Pelatihan menyikat gigi

Pelatihan menyikat gigi dengan dilakukan pendampingan langsung baik oleh orang tua maupun guru. Teknik menyikat gigi dilakukan dengan orang tua atau guru berada di belakang anak, kemudian membantu anak agar dapat menyikat gigi dengan benar, menjangkau seluruh permukaan gigi. Penyikatan gigi dilakukan sesuai petunjuk yang tertera dalam banner. Anak kemudian diinstruksikan untuk berkumur dengan satu kali kumur agar fluoride yang menempel ke dalam gigi tidak terlarut. Orang tua kemudian diinstruksikan untuk menerapkan teknik ini di rumah secara rutin, dua kali sehari yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Guru juga diinstruksikan untuk menerapkan kegiatan menyikat gigi di sekolah, sebagai bentuk pembiasaan menjaga kebersihan mulut.



Gambar 4. Pelatihan menyikat gigi pada siswa PAUD dengan dilakukan pendampingan oleh guru



Gambar 5. Pelatihan menyikat gigi pada siswa dengan dilakukan pendampingan oleh orang tua

Evaluasi keberhasilan penyuluhan dan pelatihan dilakukan pada hari Jumat, 1 September 2023. Evaluasi keberhasilan program dilakukan dengan melihat kembali kemampuan anak dalam menyikat gigi dengan dibantu oleh orang tuanya. Berdasarkan hasil evaluasi diketahui orang tua mampu membantu anak dalam menyikat gigi dengan lebih baik, dan berdasarkan hasil wawancara tentang pembiasaan menyikat gigi di rumah, orang tua mengaku selalu mendampingi anak dalam menyikat gigi pagi dan malam.



Gambar 6. Evaluasi keberhasilan penyuluhan dan pelatihan menyikat gigi

#### 4. KESIMPULAN

Program Penyuluhan dan Pelatihan Teknik Menyikat Gigi pada siswa PAUD di PAUDIT Nurul Fikri Banjarmasin telah berhasil dilakukan dengan baik. Kedepannya sangat dibutuhkan partisipasi guru dan orang tua untuk melanjutkan program ini di PAUDIT Nurul Fikri Banjarmasin agar terus berkesinambungan melalui Pembentukan Program Dokter Gigi Kecil.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada PAUDIT Nurul Fikri Banjarmasin sebagai mitra pengabdian serta LPPM Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan finansial melalui Hibah Program Dosen Wajib Mengabdikan (PDWA) tahun 2023.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Kossioni AE. The Association of Poor Oral Health Parameters with Malnutrition in Older Adults: A Review Considering the Potential Implications for Cognitive Impairment. *Nutrients*. 2018;10(11). doi:10.3390/NU10111709
- Wayan N, Program M, Dokter SP, Fakultas G, Universitas K, Manado SR. Pencegahan dan Perawatan Karies Rampan. *Jurnal Biomedik:JBM*. 2015;7(1). doi:10.35790/JBM.7.1.2015.7288
- Meyer F, Enax J. Early Childhood Caries: Epidemiology, Aetiology, and Prevention. *Int J Dent*. 2018;2018. doi:10.1155/2018/1415873
- Mengembangkan Perilaku Sehat pada Anak Usia 2-4 Tahun - Google Search. Accessed October 20, 2023. <https://www.google.com/search?client=safari&rls=en&q=Mengembangkan+Perilaku+Sehat+pada+Anak+Usia+2-4+Tahun&ie=UTF-8&oe=UTF-8>
- Kedokteran Gigi M, Bramantoro T, Suryo Prabandari Y, Ismail D, Tedjosasongko U. The development of early childhood caries impact on quality of life-Indonesia instrument as assessment instrument of dental caries impact on quality of life of children aged 3-5 years based on Indonesian community characteristics. *Dent J*. 2015;48(4):197-203. doi:10.20473/j.djmk.v48.i4.p197-203
- View of Technology Application of Biopore for Reduce Run Off at SDN 2 Sungai Besar Banjarbaru. Accessed October 20, 2023. <https://journal.greenvisioneers.or.id/index.php/comment/article/view/112/72>
- Implementasi P, Pembuangan T, Limbah A, et al. (2023). Pendampingan Implementasi Standar Teknis Pemenuhan Baku Mutu Air Limbah Pada Rumah Sakit Islam Banjarmasin Sebagai Upaya Pencegahan Pencemaran Lingkungan di Sekitar Rumah Sakit. *Jurnal Pengabdian ILUNG (Inovasi Lahan Basah Unggul)*. 2023;3(1):55-65. doi:10.20527/ILUNG.V3I1.9345
- Yulian J, Adi SA, Rachmi IS. (2022) Pendekatan Partisipatif dalam Program Bahari Sembilang Mandiri sebagai Upaya Peningkatan Inisiatif Lokal. *JURNAL LOCUS: Penelitian & Pengabdian*.;7(1):496-504. doi:Doi:10.36418/locus.v1i7.168