



Pendidikan Kesehatan: Praktik Cara Sikat Gigi yang Benar

Agustin Budiasri*¹ dan Hera Yusnida²

^{1,2} Akademi Kebidanan Alifa - Lampung

agustinbudiasri@alifa.ac.id¹, hera.yusnida@alifa.ac.id²

Abstrak

Usia anak-anak adalah usia penting dalam merawat kebersihan gigi dan mulut, gigi dan mulut harus dijaga kebersihannya karena kuman dapat masuk ke dalam rongga mulut. Kelainan yang sering terjadi dalam gigi dan mulut adalah kerusakan jaringan keras dari gigi yang sering disebut karies gigi. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada anak sekolah cara sikat gigi yang benar. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan pre-test dan post-test. Subjek dalam penelitian ini adalah SDN 1 Rantau Tijing. Sampel dalam penelitian ini siswa kelas 1 dan 2 SDN 1 Rantau Tijing dengan jumlah 48 siswa. Dengan Teknik pengambilan sampel accidental sampling. Hasil kegiatan menunjukkan ada peningkatan kemampuan siswa sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan praktik sikat gigi yang benar dari 12 (25%) menjadi 26 (54.2%). Kegiatan ini juga memberikan manfaat yang baik ke siswa agar kesehatan gigi dan mulut siswa terjaga dan terhindar dari gigi berlubang.

Kata Kunci: Cara sikat gigi, Pendidikan Kesehatan, Praktik sikat gigi

Abstract

Children are an important age in maintaining oral hygiene. Teeth and mouth must be kept clean because germs can enter the oral cavity. An abnormality that often occurs in the teeth and mouth is damage to the hard tissue of the teeth which is often called dental caries. This community service aims to provide education to school children on how to brush their teeth correctly. This type of research is an experiment with pre-test and post-test. The subjects in this research were SDN 1 Rantau Tijing. The sample in this study was 48 students in grades 1 and 2 of SDN 1 Rantau Tijing. Using accidental sampling technique. The results of the activity showed that there was an increase in students' abilities before and after health education with correct toothbrushing practices from 12 (25%) to 26 (54.2%). This activity also provides good benefits to students so that students' oral and dental health is maintained and they avoid cavities.

Keywords: How to brush teeth, Health Education, Toothbrush practices

Pendahuluan

Pendidikan kesehatan adalah suatu penerapan konsep pendidikan dalam bidang kesehatan (Notoatmodjo, 2012). Pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan pada masyarakat, kelompok dan individu agar memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik dan dapat memberi perubahan pada sikap sasaran (Murwarni, 2014). Berdasarkan RISKESDAS (2013), persentase perilaku penduduk umur 10 tahun kebawah yang menyikat gigi dengan benar 7,3% di tahun 2007 menurun menjadi 2,3% di



tahun 2013. Hal ini menjadi masalah, karena salah satu cara pencegahan yang efektif terhadap terjadinya penyakit karies dan periodontal yakni melalui tindakan menyikat gigi. Terbentuknya perilaku menyikat gigi individu yang benar didasari oleh pengetahuan individu yang diperoleh antara lain melalui pendidikan. Demikian halnya untuk mengubah perilaku yang tidak benar menjadi perilaku yang benar juga intervensinya lewat pendidikan.

Berdasarkan hasil survey di SDN 1 Rantau Tijang, siswa masih belum mampu mempraktikkan cara menyikat gigi yang benar sehingga mereka masih menyikat pada bagian-bagian tertentu saja atau belum menyeluruh. Saat menyikat gigi masih ada yang menyikat dengan cepat namun ada juga yang menunggu perintah guru untuk berhenti, karena mereka masih kurang mampu mengidentifikasi bersih tidaknya dalam kegiatan menggosok bagian-bagian gigi. Hal tersebut yang menjadikan perlu adanya praktik menyikat gigi di SDN 1 Rantau Tijang melalui pendidikan kesehatan kepada siswa.

Metode Pelaksanaan

Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan *pre-test* dan *post-test*. Subjek dalam penelitian ini adalah SDN 1 Rantau Tijang Kecamatan Pugung Tanggamus pada bulan Februari 2023. Sampel dalam penelitian ini siswa kelas 1 dan 2 SDN 1 Rantau Tijang dengan jumlah 48 siswa. Dengan Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Analisis data univariat menggunakan tabel frekuensi. Metode penyuluhan dengan mempraktikkan cara sikat gigi yang benar agar terhindar dari gigi berlubang dan sakit.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan didapat data sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Univariat Siswa SDN 1 Rantau Tijang.

Kelas	Frekuensi	Persen %	N
1	22	45.8%	48
2	26	54.2%	

Table 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* Siswa SDN 1 Rantau Tijang dalam Menyikat Gigi

	Benar	Tidak Benar	N
<i>Pre-test</i> melakukan sikat gigi	12 (25%)	36 (75%)	48
<i>Post-test</i> melakukan sikat gigi	26 (54.2%)	22 (45.8%)	48

Pembahasan pada tabel 1 dan tabel 2 berdasarkan data univariat, jumlah siswa kelas 1 dan 2 SDN 1 Rantau Tijang berjumlah 38 siswa, dan siswa terbanyak terdapat pada kelas 2 dengan 26 siswa. Hasil *pre-test* siswa dalam menyikat gigi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan cara sikat gigi yang benar didapatkan siswa melakukan sikat gigi benar 12 (25%) dan tidak benar 36 (75%). Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan mempraktekkan secara langsung ke siswa cara sikat gigi yang benar didapatkan nilai *post-test* benar 26 (54.2%) dan tidak benar 22 (45.8%). Dari hasil tersebut dapat diartikan bahwa pendidikan kesehatan tentang menggosok gigi memang efektif dalam kemampuan menggosok gigi pada siswa. Pendidikan kesehatan dengan salah satu metode misalnya demonstrasi dapat digunakan sebagai sarana untuk memberikan contoh cara menggosok gigi dengan baik dan benar sehingga dapat meningkatkan kemampuan anak dalam menggosok gigi.



Gambar 1. Siswa SDN 1 Rantau Tijang mempraktikkan cara sikat gigi



Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pendidikan kesehatan cara sikat gigi yang benar kepada siswa SDN 1 Rantau Tijing memberikan manfaat yang baik kepada siswa. Terlihat setelah dilakukan praktik sikat gigi siswa mengetahui cara sikat gigi yang benar. Sehingga kesehatan gigi dan mulut siswa terjaga dan terhindar dari gigi berlubang.

Daftar Pustaka

- Irma Indah. (2013). Penyakit Gigi, Mulut dan THT. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Kholishah, Z., & Isnaeni, Y. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Video Animasi Terhadap Praktik Gosok Gigi Pada Anak Kelas Iv Dan V Di Sdn 1 Bendungan Temanggung (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Murwarni. (2014). Promosi Kesehatan. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2012, Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta.
- Riskesdas. (2013). Badan Penelitian & Pengembangan Kementerian Kesehatan RI.