

Pelatihan Kesehatan Mulut dan Gigi pada Anak-Anak

¹⁾Andri, ²⁾Leony Agustine

^{1,2)}Fakultas Pertanian, Universitas Tanjungpura

Email Corresponding: andri@faperta.untan.ac.id*

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Mulut Gigi Pelatihan Kesehatan Anak-anak	Desa Retok adalah desa yang berada di Kecamatan Kuala Mandor B, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat. Akses jalan yang cukup sulit ke desa ini membuat minimnya fasilitas kesehatan yang ada di wilayah tersebut, salah satunya yaitu keberadaan dokter gigi. Hal ini membuat sebagian besar kondisi gigi anak-anak di Desa Retok rusak ditambah dengan minimnya pengetahuan pada orangtua tentang pentingnya menjaga kesehatan mulut dan gigi yaitu dengan cara menggosok gigi yang baik dan benar. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat yaitu untuk memberikan pelatihan kesehatan mulut dan gigi pada anak usia dini di Desa Retok dengan cara menyikat gigi yang baik dan benar. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan dan pelatihan secara langsung kepada anak-anak yang diberikan oleh dosen dari kedokteran gigi, kemudian dilanjutkan dengan tanya-jawab dan praktek langsung. Hasil dari pelatihan ini memberikan dampak yang baik, anak-anak telah mengetahui cara menyikat gigi yang baik dan benar tidak hanya sekedar sikat sebentar kemudian selesai. Anak-anak memahami untuk mengurangi makanan yang manis karena akan merusak gigi.
Keywords: Mouth Tooth Training Health Children	ABSTRACT Retok Village is a village in Kuala Mandor B District, Kubu Raya Regency, West Kalimantan. The difficult road access to this village means that there are minimal health facilities in the area, one of which is a dentist. This causes the condition of most of the children's teeth in Retok Village to be damaged, coupled with the lack of knowledge among parents about the importance of maintaining oral and dental health, namely by brushing their teeth properly and correctly. The aim of community service is to provide oral and dental health training to young children in Retok Village by brushing their teeth properly and correctly. The method of community service activities is in the form of direct counseling and training for children given by lecturers from dentistry, then followed by questions and answers and direct practice. The results of this training have had a good impact, the children know how to brush their teeth properly and correctly, not just brush for a while and then finish. Children understand to reduce sweet foods because they will damage their teeth.
This is an open access article under the CC-BY-SA license.	
	

I. PENDAHULUAN

Anak usia dini perlu mendapatkan perhatian yang khusus terutama dalam hal tumbuh kembang, peranan orangtua masih sangat diperlukan untuk memperhatikan tumbuh kembang anak-anak usia dini. Salah satu yang perlu mendapatkan perhatian khusus yaitu kesehatan mulut dan gigi.

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian dari kesehatan tubuh manusia, karena kesehatan gigi dan mulut sangat mempengaruhi kesehatan tubuh (Tanu et al., 2019). Kesehatan gigi yang baik sangat penting dalam berbagai aktivitas kehidupan manusia, termasuk berbicara dan mengonsumsi makanan dan minuman. Saat ini perhatian terhadap masalah kesehatan gigi dan mulut masih kurang. Perawatan gigi seringkali diabaikan pada anak-anak usia dini. Anggapan bahwa gigi susu diperkirakan akan digantikan oleh gigi permanen membuat para orangtua bersikap bahwa aktivitas yang tidak perlu atau minimal seperti menyikat

gigi dan mengunjungi dokter gigi. Hal ini menyebabkan gigi berlubang, yang terjadi pada sebagian besar anak. Kerusakan ini meliputi munculnya gigi tidak rata, gigi berlubang, retak, dan gigi goyang (Aditya, 2020).

Kesehatan gigi dan mulut dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain keturunan, lingkungan, perilaku dan pelayanan kesehatan gigi dan mulut (Febria & Arinawati, 2020). Minimnya pengetahuan tentang kesehatan yang dimiliki masyarakat Indonesia menjadi penyebab terjadinya kerusakan pada gigi. Karies gigi adalah salah satu kerusakan gigi yang terjadi di Indonesia. Prevalensi karies gigi yang terjadi di Indonesia cukup tinggi, yaitu lebih dari 80%. Hal ini berarti hampir semua masyarakat Indonesia mengalami karies gigi (Ramadhan et al., 2016).

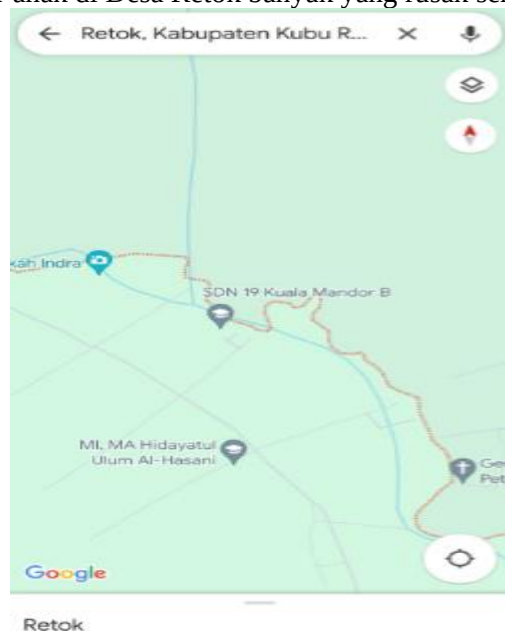
Salah satu penyebab timbulnya permasalahan kesehatan gigi dan mulut adalah perilaku yang mengarah pada terabaikannya kesehatan gigi dan mulut, karena kurangnya pengetahuan, sikap dan perilaku terkait pentingnya menjaga kesehatan gigi (Siregar, 2020). Pendidikan kesehatan gigi dan mulut penting dilakukan karena dapat mengembangkan kebiasaan perilaku yang akan bertahan hingga dewasa, salah satunya adalah menjaga kebersihan mulut (Perangin-Angin, 2021).

Desa Retok adalah desa yang berada di Kecamatan Kuala Mandor B, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat. Akses jalan yang cukup sulit ke desa ini membuat minimnya fasilitas kesehatan yang ada di wilayah tersebut, salah satunya yaitu keberadaan dokter gigi. Hal ini membuat sebagian besar kondisi gigi anak-anak di Desa Retok rusak ditambah dengan minimnya pengetahuan pada orangtua tentang pentingnya menjaga Kesehatan mulut dan gigi yaitu dengan cara menggosok gigi yang baik dan benar.

Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat yaitu untuk memberikan pelatihan Kesehatan mulut dan gigi pada anak usia dini di Desa Retok dengan cara menyikat gigi yang baik dan benar.

II. MASALAH

Minimnya pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan mulut dan gigi yang mengakibatkan sebagian besar kondisi gigi anak-anak di Desa Retok banyak yang rusak serta berlubang.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan

III. METODE

Pelatihan pada pengabdian Masyarakat ini berupa rangkaian kegiatan yang dilakukan untuk penyuluhan dan pelatihan tentang kesehatan gigi dan mulut. Kegiatan ini dilakukan di Desa Retok Kecamatan Kuala Mandor B, Kabupaten Kubu Raya dengan peserta penyuluhan sebanyak 50 orang. Antusias peserta dalam kegiatan ini sangat tinggi dibuktikan dengan jumlah anak-anak yang menginginkan hadir peserta. Peserta penyuluhan dan pelatihan sebanyak 50 orang dari anak usia dini hingga kelas SMP. Waktu kegiatan dilakukan selama 3 jam. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa 1) penyuluhan dan pelatihan secara

langsung kepada anak-anak yang diberikan oleh dosen dari kedokteran gigi, 2) kemudian dilanjutkan dengan tanya-jawab dan praktek langsung untuk mengetahui seberapa besar tingkat pemahaman anak-anak ketika sudah diberikan pelatihan dan 3) diakhir dengan pembagian hadiah untuk anak-anak yang dapat menjawab pertanyaan dan mempraktekkan cara menyikat gigi yang baik dan benar.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pelatihan Kesehatan mulut dan gigi pada anak-anak di Desa Retok Kecamatan Kuala Mandor B, Kabupaten Kubu Raya berjalan dengan lancar, semua peserta sangat antusias dalam mengikuti pelatihan bagaimana cara menyikat gigi yang baik dan benar.

Kegiatan ini diawali dengan penyuluhan tentang masalah-masalah yang timbul akibat dari jarang menyikat gigi. Kerusakan gigi banyak dialami anak-anak, seperti gigi berlubang. Penyebabnya konsumsi gula berlebih, perawatan gigi yang sering kali terabaikan, dan hal utama seperti gosok gigi jarang bahkan tidak dilakukan baik di rumah maupun di sekolah (Arumsari, 2014).



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Pelatihan

Kegiatan selanjutnya yaitu pelatihan bagaimana cara menyikat gigi yang baik dan benar secara langsung dihadapan anak-anak. Menyikat gigi merupakan cara termudah untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Namun, banyak orang yang meremehkan pentingnya menyikat gigi. Cara menyikat gigi yang benar dan benar (Trisantia et al., 2023).

Langkah-langkah untuk menyikat gigi menurut 1) ambil sikat dan pasta gigi, peganglah sikat gigi dengan cara sendiri (yang penting nyaman untuk dipegang), oleskan pasta gigi di sikat gigi yang sudah dipegang (AMRIN, 2020), kemudian 2) sikat gigi (gigi depan dengan cara menjalankan sikat gigi pelan-pelan dan naik turun. Kenapa harus pelan-pelan karena biasanya orang yang menyikat gigi secara kasar, akan mengakibatkan gusi lecet dan berdarah. 3) Langkah selanjutnya gosok bagian gigi sebelah kanan dan kiri. Cara pengaplikasian hampir sama dengan menyikat gigi depan, yaitu gosok perlahan dengan irama naik turun. Jika susah menggosok naik turun bisa menggosok biasa namun dengan durasi lebih lama, karena menggosok dengan cara naik turun walaupun pelan-pelan akan lebih cepat menghilangkan sisa makanan yang tertempel. 4) Setelah selesai menggosok area gigi bagian kanan, kiri dan depan, maka langkah selanjutnya adalah membersihkan/ menyikat gigi bagian dalam (gigi geraham). Usahakan

sikat dengan cara pelan-pelan namun kotoran tak ada yang tertinggal karena biasanya plak kuning terjadi di area ini jika gosok giginya tidak bersih. Caranya, gunakan ujung bulu sikat untuk menjangkau area gigi geraham dengan sedikit tekanan sampai ujung sikat sedikit melungkung. 5) Langkah terakhir gosok gigi dalam (gigi tengah) dengan cara menegakan lurus sikat gigi, lalu sikat gerakkan sikat keatas kebawah (Pratiwi, 2016).

Selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab seputar kesehatan mulut dan gigi dan dilakukan praktek langsung oleh anak-anak. Kemudian sesi terakhir yaitu pembagian hadiah untuk anak-anak yang dapat menjawab dengan benar pertanyaan dari penyuluh.

Setiari & Sulistyowati (2017) berpendapat terdapat beberapa cara untuk dapat menjaga kesehatan mulut dan gigi pada anak-anak diantaranya

1. Sikat gigi yang tepat

Gunakan sikat gigi anak yang bulunya lembut. Tujuannya adalah untuk melindungi gusi dan fokus pada area kecil untuk pembersihan yang benar. Selain itu, gambar kartun sikat gigi yang lucu bisa membuat anak suka menggosok gigi. Menurut (Hapsari & Chalimah, 2013) pemilihan sikat gigi yang benar meliputi gagang tangkainya lurus, kepala sikat kecil/sesuai dengan mulut, bulu sikat halus, permukaan bulu sikat rata dan ujung bulu sikat membulat.

2. Bagaimana cara menyikat gigi

Jangan lupa untuk mengajari anak menyikat gigi dengan benar. Gerakan lambat dan melingkar diseluruh bagian permukaan gigi dan rongga mulut. Jangan menyikat terlalu keras karena dapat merusak gusi rapuh anak dan terakhir untuk membersihkan lidah.

3. Pasta gigi

Gunakan pasta gigi khusus dengan rasa yang disukai anak. Biarkan anak memilih rasa favoritnya seperti coklat, es krim, stroberi, dan buah-buahan lainnya. Rasa pasta gigi yang enak cukup memotivasi anak untuk rutin menyikat gigi. Perhatikan juga komposisi yang tertera pada kemasan pasta gigi agar sesuai dengan usia anak. (Sukanto, 2015) berpendapat pemilihan pasta gigi untuk anak ada beberapa yang perlu diketahui, khususnya oleh orang tua diantaranya adalah komposisi pasta gigi dan usia anak.

4. Pergi ke dokter gigi

Kunjungi dokter gigi minimal enam bulan sekali agar gigi anak tetap sehat dan kuat. Hal ini sangat penting untuk menjamin kesehatan mulut anak jika mempunyai masalah kesehatan mulut. Ketika mulut dan gigi anak terdapat masalah agar dapat dengan cepat dan tepat ditangani (FARAH, 2018).

V. KESIMPULAN

Pelatihan ini memberikan dampak yang baik, anak-anak telah mengetahui cara menyikat gigi yang baik dan benar tidak hanya sekedar sikat sebentar kemudian selesai. Anak-anak memahami untuk mengurangi makanan yang manis karena akan merusak gigi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R. (2020). Pengaruh Penyuluhan Tentang Adaptasi Kebiasaan Baru Bagi Ibu Hamil di Poliklinik Kebidanan RSUD Ulin Banjarmasin. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 3, 270–273.
- AMRIN, S. (2020). Penyuluhan cara menyikat gigi yang benar pada Siswa/Siswi SDN 002 Lok Bahu, Jln. Pusaka, Tentang Hygiene dan Sanitasi Kesehatan". *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih (JPMK)*, 2(1), 41–45.
- Arumsari, F. (2014). Pembiasaan menggosok gigi untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. *Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2).
- FARAH, H. (2018). *Hubungan antara Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Kebiasaan Menyikat Gigi dan Kunjungan ke Dokter Gigi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada*. Universitas Gadjah Mada.
- Febria, N. D., & Arinawati, D. Y. (2020). Penyuluhan dan Pelatihan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*.
- Hapsari, A. Y., & Chalimah, S. (2013). *Kualitas dan kuantitas kandungan pupuk organik limbah serasah dengan inokulum kotoran sapi secara semiaerob*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- PERANGIN-ANGIN, S. B. R. (2021). *SYSTEMATIC REVIEW PENGARUH MEROKOK TERHADAP*

KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT PADA REMAJA.

- Pratiwi, D. (2016). *Pengaruh metode storytelling terhadap perilaku menggosok gigi di TK Dharma Wanita IV Banjar Sengon Kabupaten Jember.*
- Ramadhan, A., Cholil, C., & Sukmana, B. I. (2016). Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut terhadap angka karies gigi di smpn 1 marabahan. *Dentino: Jurnal Kedokteran Gigi*, 1(2), 66–69.
- Setiari, L. S., & Sulistyowati, M. (2017). Tindakan pencegahan karies gigi pada siswa sekolah dasar berdasarkan teori health belief model. *Jurnal Promkes*, 5(1), 59–70.
- SIREGAR, S. R. (2020). *GAMBARAN PENGETAHUAN MENYIKAT GIGI TERHADAP TERJADINYA KARANG GIGI PADA SISWA-SISWI ANAK KELAS V SD NEGERI NO 060849 KECAMATAN MEDAN BARAT.*
- Sukanto, S. (2015). Takaran Dan Kriteria Pasta Gigi Yang Tepat Untuk Digunakan Pada Anak Usia Dini (Appropriate Amount And Creteria Of Tooth Paste Used For Early-Aged Children). *STOMATOGNATIC-Jurnal Kedokteran Gigi*, 9(2), 104–109.
- Tanu, N. P., Manu, A. A., & Ngadilah, C. (2019). Hubungan Frekuensi Menyikat Gigi dengan Tingkat Kejadian Karies. *Dental Therapist Journal*, 1(1), 39–43.
- Trisantia, F., Nuzuli, A. K., & Oktaviana, W. (2023). Sosialisasi Pentingnya Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 08 Pasar 60 di Nagari Batang Arah Tapan. *Jurnal Pengabdian Dharma Wacana*, 4(2), 139–146.