

Peningkatan Kebersihan Gigi dan Mulut pada Lansia: Identifikasi dan Intervensi Faktor Pendukung di Komunitas

Improving Dental and Oral Hygiene in the Elderly: Identification and Intervention of Supporting Factors in the Community

Aisyah AR ^{1*}, Rumaisha Soumena ², Dewi Sartika ³, Dwi Rezky Aulyah ⁴,
Arfiah Jauharuddin ⁵

^{1,2,3,4,5} STIKES Amanah Makassar, Indonesia

Alamat: Jl. Hertasning Baru, Kassi-Kassi, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90221

Korespodensi email: aulyahrezky@gmail.com

Article History:

Received: Januari 04, 2023;

Revised: Januari 19, 2023;

Accepted: Januari 29, 2023;

Published: Januari 30, 2023;

Keywords: Dental and oral hygiene, elderly, educational intervention

Abstract: Oral health is an important aspect in maintaining the quality of life of the elderly. However, the elderly often face challenges in maintaining oral hygiene due to decreased physical abilities, changes in cognitive status, and lack of knowledge and access to dental health services. This study aims to identify factors that influence oral hygiene in the elderly and to develop an effective community-based intervention to improve oral hygiene among the elderly. The methods used in this study included a survey of knowledge, attitudes, and oral hygiene practices before and after counseling, as well as direct observation of oral hygiene in 50 elderly in the local community. The intervention was carried out through counseling, training, and providing support from family and community. The results showed a significant increase in knowledge of the elderly, from 60% before counseling to 85% after. Positive attitudes also increased, with more than 80% of the elderly showing a stronger intention to maintain oral hygiene independently. Oral hygiene practices also improved, with 75% of participants reporting brushing their teeth at least twice a day after the intervention, compared to 40% before the intervention. In addition, family and community support play an important role in facilitating these behavioral changes. The conclusion of this study is that a comprehensive community-based intervention is effective in improving oral hygiene in the elderly. This approach, which combines education, attitude change, and social support, can be a model adopted in oral health programs in other communities to improve the quality of life of the elderly.

Abstrak

Kesehatan gigi dan mulut merupakan aspek penting dalam menjaga kualitas hidup lansia. Namun, lansia sering menghadapi tantangan dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut akibat penurunan kemampuan fisik, perubahan status kognitif, dan kurangnya pengetahuan serta akses terhadap layanan kesehatan gigi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kebersihan gigi dan mulut pada lansia serta mengembangkan intervensi berbasis komunitas yang efektif dalam meningkatkan kebersihan gigi dan mulut di kalangan lansia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini meliputi survei pengetahuan, sikap, dan praktik kebersihan gigi dan mulut sebelum dan sesudah penyuluhan, serta observasi langsung terhadap kebersihan gigi dan mulut pada 50 lansia di komunitas setempat. Intervensi dilakukan melalui penyuluhan, pelatihan, dan pemberian dukungan dari keluarga serta komunitas. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan lansia, dari 60% sebelum penyuluhan menjadi 85% setelahnya. Sikap positif juga mengalami peningkatan, dengan lebih dari 80% lansia menunjukkan niat yang lebih kuat untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut secara mandiri. Praktik kebersihan gigi dan mulut juga meningkat, di mana 75% peserta melaporkan menyikat gigi setidaknya dua kali sehari setelah intervensi, dibandingkan dengan 40% sebelum intervensi. Selain itu, dukungan keluarga dan komunitas memainkan peran penting dalam memfasilitasi perubahan perilaku ini.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa intervensi berbasis komunitas yang komprehensif efektif dalam meningkatkan kebersihan gigi dan mulut pada lansia. Pendekatan yang menggabungkan edukasi, perubahan sikap, dan dukungan sosial ini dapat menjadi model yang diadopsi dalam program kesehatan gigi dan mulut di komunitas lain untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci: Kebersihan gigi dan mulut, lansia, intervensi edukatif

1. PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut adalah komponen penting dari kesehatan umum, terutama pada kelompok lansia. Lansia rentan terhadap berbagai masalah kesehatan gigi dan mulut seperti karies, penyakit periodontal, dan kehilangan gigi, yang dapat memengaruhi kualitas hidup mereka secara signifikan. Penurunan kebersihan gigi dan mulut pada lansia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk penurunan kemampuan fisik, perubahan status kognitif, serta kurangnya pengetahuan dan akses terhadap layanan kesehatan gigi.

Di Indonesia, jumlah lansia terus meningkat seiring dengan perbaikan layanan kesehatan dan peningkatan harapan hidup. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2022, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai lebih dari 10% dari total populasi. Dengan bertambahnya populasi lansia, tantangan untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut mereka juga semakin besar. Banyak lansia yang mengalami penurunan kemampuan untuk melakukan perawatan gigi dan mulut secara mandiri, yang dapat memperburuk kondisi kesehatan gigi dan mulut mereka.

Faktor-faktor seperti pendidikan, status sosial-ekonomi, dukungan keluarga, serta akses terhadap fasilitas kesehatan memegang peranan penting dalam menentukan kebersihan gigi dan mulut pada lansia. Studi menunjukkan bahwa rendahnya tingkat pendidikan dan pendapatan sering kali berkorelasi dengan rendahnya kebersihan gigi dan mulut pada lansia. Selain itu, dukungan keluarga dan komunitas juga memainkan peranan penting dalam memastikan lansia menerima perawatan yang mereka butuhkan.

Intervensi berbasis komunitas yang melibatkan penyuluhan, pelatihan, dan pemberian layanan kesehatan gigi secara rutin dapat menjadi solusi efektif dalam meningkatkan kebersihan gigi dan mulut pada lansia. Program-program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia, tetapi juga memberdayakan komunitas untuk berperan aktif dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut anggotanya yang lanjut usia.

Dengan mempertimbangkan berbagai faktor yang berkontribusi terhadap kebersihan gigi dan mulut pada lansia, maka diperlukan pendekatan yang holistik dan terintegrasi dalam upaya meningkatkan kesehatan gigi dan mulut di kalangan lansia. Identifikasi faktor-faktor pendukung serta intervensi yang tepat dapat memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan gigi dan mulut lansia.

2. METODE

Melakukan survei awal pada komunitas lansia untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan, sikap, dan praktik mereka terkait kebersihan gigi dan mulut. Survei ini dapat menggunakan kuesioner dan wawancara untuk memperoleh data kuantitatif dan kualitatif. Mengadakan pemeriksaan kesehatan gigi dan mulut pada lansia untuk menilai kondisi kesehatan mereka secara langsung, serta untuk mengidentifikasi masalah – masalah utama yang perlu ditangani. Kemudian Menyusun materi penyuluhan yang sesuai dengan tingkat pemahaman lansia. Materi yang diberikan mencakup informasi tentang pentingnya kebersihan gigi dan mulut, cara – cara merawat gigi yang baik, serta dampak buruk dari kebersihan gigi yang tidak terjaga.

3. HASIL

Setelah dilakukan penyuluhan kepada lansia di komunitas, terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku kebersihan gigi dan mulut. Sebelum penyuluhan, banyak lansia yang kurang memahami pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut secara rutin, serta belum terbiasa melakukan praktik kebersihan yang baik seperti menyikat gigi dengan benar, menggunakan benang gigi, dan berkumur dengan antiseptik.

Tabel 1. Perbandingan pengetahuan, sikap, dan praktik kebersihan gigi dan mulut sebelum dan sesudah penyuluhan.

Aspek	Sebelum Penyuluhan (%)	Sesudah Penyuluhan (%)
Pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut	60%	85%
Niat untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut	50%	80%
Menyikat gigi dua kali sehari	40%	75%
Penggunaan benang gigi	15%	55%
Penggunaan obat kumur	20%	65%
Dukungan keluarga dan komunitas	40%	70%

Peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan, pengetahuan lansia tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut meningkat dari 60% menjadi 85%. Sebagian besar peserta memahami risiko yang dihadapi jika kebersihan gigi dan mulut tidak dijaga, seperti infeksi, karies, dan penyakit periodontal.

Perubahan sikap, terdapat perubahan sikap yang positif di kalangan lansia, dengan

lebih dari 80% peserta menunjukkan niat yang lebih kuat untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut mereka secara mandiri dan rutin. Hal ini terlihat dari meningkatkannya kesadaran mereka untuk tidak hanya mengandalkan bantuan dari keluarga, tetapi juga berusaha untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut secara mandiri.

Peningkatan praktik kebersihan gigi dan mulut, penyuluhan berhasil meningkatkan praktik kebersihan gigi dan mulut yang baik di kalangan lansia. Setelah intervensi, 75% peserta melaporkan menyikat gigi setidaknya dua kali sehari, dibandingkan dengan 40% sebelum penyuluhan. Penggunaan benang gigi dan obat kumur juga meningkat secara signifikan.

Dukungan keluarga dan komunitas, penyuluhan ini juga mendorong partisipasi aktif dari anggota keluarga dan komunitas dalam mendukung kebersihan gigi dan mulut lansia. Lebih dari 70% peserta melaporkan adanya dukungan dari keluarga mereka dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut setelah penyuluhan.

4. DISKUSI

Peningkatan pengetahuan lansia dari 60% menjadi 85% setelah penyuluhan menunjukkan efektivitas intervensi edukatif yang dilakukan. Pengetahuan yang baik merupakan langkah awal yang sangat penting dalam perubahan perilaku kesehatan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang risiko yang ditimbulkan oleh kebersihan gigi dan mulut yang buruk, seperti infeksi, karies, dan penyakit periodontal, lansia menjadi lebih termotivasi untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut mereka. Hasil ini juga menunjukkan bahwa lansia yang sebelumnya mungkin tidak menyadari pentingnya perawatan gigi dan mulut, kini lebih peka terhadap konsekuensi kesehatan jangka panjang. Edukasi yang disampaikan dengan cara yang sesuai dengan tingkat pemahaman lansia terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran mereka terhadap pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut.

Perubahan sikap yang positif di kalangan lansia, dengan lebih dari 80% peserta menunjukkan niat yang lebih kuat untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut secara mandiri dan rutin, menandakan adanya peningkatan kesadaran dan tanggung jawab pribadi terhadap kesehatan diri mereka. Sikap positif ini sangat penting karena menunjukkan bahwa lansia tidak hanya mengandalkan bantuan dari keluarga, tetapi juga berusaha secara aktif untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut mereka sendiri. Sikap ini mencerminkan peningkatan self-efficacy atau keyakinan diri dalam kemampuan untuk melakukan tindakan kesehatan, yang merupakan faktor kunci dalam keberhasilan intervensi kesehatan

jangka panjang. Dengan adanya perubahan sikap ini, diharapkan bahwa perilaku menjaga kebersihan gigi dan mulut akan menjadi bagian dari rutinitas sehari-hari para lansia.

Peningkatan dalam praktik kebersihan gigi dan mulut yang baik, di mana 75% peserta melaporkan menyikat gigi setidaknya dua kali sehari setelah penyuluhan, dibandingkan dengan 40% sebelum penyuluhan, menunjukkan bahwa intervensi telah berhasil mengubah perilaku kesehatan yang nyata. Selain itu, peningkatan penggunaan benang gigi dan obat kumur mencerminkan adopsi praktik kesehatan gigi yang lebih komprehensif. Perubahan ini penting karena menyikat gigi dua kali sehari adalah rekomendasi dasar untuk mencegah penyakit gigi dan mulut. Adopsi praktik-praktik ini di kalangan lansia menunjukkan bahwa mereka tidak hanya memahami pentingnya kebersihan gigi dan mulut, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Ini menandakan keberhasilan penyuluhan dalam menjembatani kesenjangan antara pengetahuan dan tindakan.

Dukungan keluarga dan komunitas memainkan peran yang sangat penting dalam memfasilitasi kebersihan gigi dan mulut pada lansia. Dengan lebih dari 70% peserta melaporkan adanya dukungan dari keluarga setelah penyuluhan, jelas bahwa edukasi yang diberikan juga berhasil memobilisasi dukungan dari lingkungan sekitar para lansia. Dukungan ini penting karena lansia sering kali membutuhkan bantuan dalam menjaga rutinitas kebersihan gigi dan mulut, terutama bagi mereka yang mengalami penurunan kemampuan fisik atau kognitif. Dukungan dari keluarga dan komunitas dapat menyediakan pengingat, bantuan langsung, atau motivasi tambahan yang diperlukan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut. Dengan adanya dukungan ini, diharapkan bahwa praktik kebersihan gigi dan mulut yang baik akan lebih mudah dipertahankan dalam jangka panjang.

Secara keseluruhan, hasil penyuluhan menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan telah berhasil dalam meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, serta memperbaiki praktik kebersihan gigi dan mulut di kalangan lansia. Dengan adanya dukungan yang kuat dari keluarga dan komunitas, lansia diharapkan dapat terus mempertahankan praktik kebersihan gigi dan mulut yang baik, yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas hidup mereka. Pendekatan holistik yang melibatkan edukasi, perubahan perilaku, dan dukungan sosial terbukti efektif dan dapat menjadi model untuk program-program kesehatan gigi dan mulut di komunitas lainnya.

5. KESIMPULAN

Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik kebersihan gigi dan mulut di kalangan lansia. Dukungan keluarga dan komunitas juga memegang peran penting dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut lansia, menunjukkan bahwa pendekatan yang holistik dan kolaboratif diperlukan untuk mencapai hasil yang optimal.

Dengan hasil ini, diharapkan program penyuluhan ini dapat diterapkan secara berkelanjutan dan diintegrasikan dalam program kesehatan primer untuk mendukung lansia dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut mereka.

DAFTAR REFERENSI

- Almeida, O. P., & Macinko, J. (2019). Socioeconomic Status and Oral Health: Understanding the Relationship. *The Lancet Global Health*, 7(1), e10-e11.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2022). Statistik Penduduk Lanjut Usia Indonesia 2022. Jakarta: BPS.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman Kesehatan Gigi dan Mulut pada Lansia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Petersen, P. E., & Yamamoto, T. (2015). Improving the Oral Health of Older People: The Approach of the WHO Global Oral Health Programme. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 33(2), 81-92.
- Shah, N., & Sundaram, K. R. (2016). Impact of Socio-Demographic Variables, Oral Hygiene Practices, and Oral Health Problems on Oral Health Related Quality of Life in Institutionalized Elderly in India. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 44(1), 1-9.
- Van der Putten, G. J., De Visschere, L., Schols, J. M., & De Baat, C. (2018). Poor Oral Health, a Potential New Geriatric Syndrome. *Gerodontology*, 35(2), 95-103.
- Watt, R. G., & Sheiham, A. (2018). Integrating the Common Risk Factor Approach into a Social Determinants Framework. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 40(4), 289-296.