

Peningkatan Kebersihan Gigi dan Mulut Melalui Edukasi Frekuensi Menyikat Gigi pada Siswa Sekolah Dasar

Arfiah Jauharuddin ^{1*}, Fidzah Nurfajrina Murad ², Dewi Sartika ³, Suciyati Sundu ⁴,
Rumaisha Soumena ⁵

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

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

Korespondensi email: aulyahrezky@gmail.com

Article History:

Received: Desember 12, 2023;

Revised: Januari 18, 2024;

Accepted: Februari 27, 2024;

Published: Februari 28, 2024

Keywords: oral hygiene, education, frequency of tooth brushing, elementary school students, plaque index.

Abstract: Oral hygiene is an important factor in maintaining children's health, especially in elementary school age. This study aims to measure the effectiveness of education on tooth brushing frequency in improving oral hygiene in elementary school students. This study involved 50 students from grades 4 and 5 at Sekolah Dasar Inpres Batua 1 who were given educational interventions on the importance of brushing their teeth twice a day, correct brushing techniques, and the use of fluoride-containing toothpaste. Measurements were made using plaque index before and after the intervention. The results showed a significant decrease in the average plaque index of students from 2.5 before education to 1.2 after education, with an increase in dental hygiene of 52%. In addition, the number of students who brushed their teeth twice a day increased from 40% to 90%, and students with a plaque index <2 increased from 20% to 70%. These results indicate that the education provided is effective in increasing awareness and good brushing habits among elementary school students. This study concludes that the educational intervention on tooth brushing frequency can significantly improve dental hygiene in elementary school students.

Abstrak

Kebersihan gigi dan mulut merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan anak-anak, terutama di usia sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur efektivitas edukasi frekuensi menyikat gigi dalam meningkatkan kebersihan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar. Studi ini melibatkan 50 siswa dari kelas 4 dan 5 di Sekolah Dasar Inpres Batua 1 yang diberikan intervensi edukasi mengenai pentingnya menyikat gigi dua kali sehari, teknik menyikat gigi yang benar, serta penggunaan pasta gigi yang mengandung fluoride. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan indeks plak sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan dalam rata-rata indeks plak siswa dari 2,5 sebelum edukasi menjadi 1,2 setelah edukasi, dengan peningkatan kebersihan gigi sebesar 52%. Selain itu, jumlah siswa yang menyikat gigi dua kali sehari meningkat dari 40% menjadi 90%, dan siswa dengan indeks plak < 2 meningkat dari 20% menjadi 70%. Hasil ini mengindikasikan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan kebiasaan menyikat gigi yang baik di kalangan siswa sekolah dasar. Penelitian ini menyimpulkan bahwa intervensi edukasi frekuensi menyikat gigi dapat secara signifikan meningkatkan kebersihan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar.

Kata Kunci: kebersihan gigi dan mulut, edukasi, frekuensi menyikat gigi, siswa sekolah dasar, indeks plak.

1. PENDAHULUAN

Kebersihan gigi dan mulut merupakan salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan umum seseorang. Pada anak-anak usia sekolah dasar, kebersihan gigi dan mulut yang baik memiliki peran signifikan dalam mencegah berbagai masalah kesehatan mulut seperti karies gigi, penyakit gusi, dan bau mulut. Salah satu cara efektif untuk menjaga

kebersihan gigi dan mulut adalah dengan menyikat gigi secara teratur. Namun, masih banyak anak-anak yang belum menyadari pentingnya menyikat gigi dengan benar dan rutin (Kemenkes, 2018).

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi karies gigi pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia mencapai 92,6%. Angka ini menunjukkan bahwa mayoritas anak-anak di usia sekolah dasar mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut. Salah satu faktor penyebab tingginya angka karies gigi pada anak adalah frekuensi menyikat gigi yang tidak memadai serta kurangnya edukasi mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut (Masoe dkk, 2013).

Studi lain menunjukkan bahwa edukasi mengenai cara dan frekuensi menyikat gigi yang tepat dapat secara signifikan menurunkan prevalensi penyakit gigi dan mulut pada anak-anak. Edukasi yang efektif tidak hanya harus menyampaikan informasi dasar, tetapi juga harus melibatkan kegiatan praktis yang mendorong kebiasaan menyikat gigi secara rutin. Oleh karena itu, diperlukan intervensi melalui program pengabdian kepada masyarakat yang fokus pada edukasi frekuensi menyikat gigi untuk meningkatkan kebersihan gigi dan mulut siswa sekolah dasar (Tinanoff dan Reisine, 2009).

Dengan memperhatikan kondisi ini, program pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kebersihan gigi dan mulut melalui edukasi frekuensi menyikat gigi pada siswa sekolah dasar sangatlah relevan dan dibutuhkan. Program ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, tetapi juga untuk membentuk kebiasaan baik yang akan berlanjut hingga mereka dewasa.

2. METODE

Pelaksanaan penyuluhan Kesehatan gigi dan mulut di Sekolah ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan partisipatoris dan quasi eksperimental dengan rancangan pretest-posttest. Penyuluhan ini bertujuan untuk mengukur efektivitas edukasi mengenai frekuensi menyikat gigi terhadap peningkatan kebersihan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar. Penyuluhan ini dilaksanakan di SD Inpres Batua 1. Siswa yang dipilih yaitu siswa kelas 3 dan 4 dengan jumlah 50 siswa. Pemilihan kelas ini didasarkan pada pertimbangan bahwa siswa pada rentang usia tersebut sudah dapat menerima edukasi secara mandiri dan melakukan praktik menyikat gigi dengan benar.

3. HASIL

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam kebersihan gigi dan mulut siswa setelah diberikan edukasi. Rata – rata indeks plak siswa menurun setelah intervensi edukasi frekuensi menyikat gigi.

Tabel 1. Data Hasil Penelitian

Kategori	Sebelum Edukasi (Pre-Test)	Setelah Edukasi (Post-Test)	Peningkatan (%)
Jumlah siswa	50	50	-
Rata – rata	2,5	1,2	52%
Siswa dengan Indeks Plak < 2	20%	70%	50%
Siswa yang Menyikat Gigi 2x Sehari	40%	90%	50%

Indeks plak adalah ukuran dari kebersihan gigi, dengan nilai yang lebih rendah menunjukkan kondisi yang lebih baik. Edukasi yang diberikan mencakup materi mengenai teknik menyikat gigi, frekuensi yang direkomendasikan (dua kali sehari) dan pentingnya menggunakan pasta gigi yang mengandung fluoride.



Gambar 1. Edukasi Mengenai Teknik Menyikat Gigi, Frekuensi Yang Direkomendasikan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi berupa edukasi mengenai frekuensi menyikat gigi mampu meningkatkan kebersihan gigi dan mulut siswa sekolah dasar secara signifikan. Edukasi yang berkelanjutan dan melibatkan orang tua serta guru diharapkan dapat memperkuat kebiasaan baik ini di kalangan siswa.

4. DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi berupa edukasi mengenai frekuensi menyikat gigi memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan kebersihan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar. Hal ini terlihat dari penurunan rata-

rata indeks plak siswa setelah diberikan edukasi, dari 2,5 sebelum edukasi menjadi 1,2 setelah edukasi, dengan peningkatan sebesar 52%. Penurunan indeks plak ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan kesadaran dan praktik kebersihan gigi dan mulut di kalangan siswa.

Penurunan indeks plak ini juga diperkuat dengan data yang menunjukkan peningkatan jumlah siswa yang memiliki indeks plak di bawah 2. Sebelum diberikan edukasi, hanya 20% siswa yang memiliki indeks plak < 2 , namun setelah edukasi, angka ini meningkat menjadi 70%. Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam mendorong siswa untuk lebih memperhatikan kebersihan gigi mereka, serta mengadopsi kebiasaan menyikat gigi yang lebih baik dan lebih teratur.

Selain itu, edukasi yang diberikan juga meningkatkan frekuensi menyikat gigi pada siswa. Sebelum intervensi, hanya 40% siswa yang menyikat gigi dua kali sehari sesuai dengan rekomendasi kesehatan gigi yang baik. Setelah diberikan edukasi, persentase ini meningkat secara signifikan menjadi 90%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa melalui pendekatan edukasi yang tepat, kebiasaan menyikat gigi dua kali sehari dapat ditanamkan pada siswa dengan efektif.

Diskusi ini juga menekankan pentingnya peran edukasi yang berkelanjutan. Meskipun hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sangat positif, penting untuk diingat bahwa perubahan perilaku, terutama yang berkaitan dengan kebiasaan sehari-hari seperti menyikat gigi, memerlukan reinforcement yang berkelanjutan. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua dan guru sangat penting untuk memastikan bahwa kebiasaan baik ini terus dipraktikkan oleh siswa di rumah dan di sekolah.

Selain itu, hasil penelitian ini juga membuka peluang untuk mengembangkan program edukasi yang lebih komprehensif dan terstruktur, yang tidak hanya fokus pada teknik dan frekuensi menyikat gigi, tetapi juga mencakup aspek lain dari kesehatan gigi dan mulut, seperti pola makan yang sehat, pentingnya kunjungan rutin ke dokter gigi, dan penggunaan peralatan kebersihan gigi yang tepat.

5. KESIMPULAN

Kesimpulannya, edukasi mengenai frekuensi menyikat gigi dua kali sehari terbukti efektif dalam meningkatkan kebersihan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar. Edukasi yang berkelanjutan dan sinergi antara pihak sekolah, orang tua, dan petugas kesehatan diperlukan untuk memperkuat dan mempertahankan perubahan perilaku positif ini. Dengan demikian, diharapkan bahwa tingkat kesehatan gigi dan mulut anak-anak dapat

terus ditingkatkan, mengurangi risiko masalah kesehatan gigi di kemudian hari.

DAFTAR REFERENSI

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Masoe, A. V., Blinkhorn, A. S., & Taylor, J. (2013). The influence of a school-based oral health program on the oral hygiene of children from a low socio-economic status background: A community trial. *Journal of Public Health Dentistry*, 73(2), 122-128.
- Tinanoff, N., & Reisine, S. (2009). Update on early childhood caries since the Surgeon General's Report. *Academic Pediatrics*, 9(6), 396-403.