

SOSIALISASI PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN GIGI DAN MULUT UNTUK BALITA HINGGA DEWASA DI POSYANDU MELATI 7 TEGALREJO KANDANGSAPI JENAR SRAGEN

Inna Sholikhah¹⁾, Kuni Fatonah²⁾

Pendidikan Agama Islam, Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Muhammadiyah Tempurrejo Ngawi¹⁾

Dosen, Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Muhammadiyah Tempurrejo Ngawi²⁾

innasholikhah77@gmail.com¹⁾ kkuni330@gmail.com²⁾

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: Tgl 1-Maret-2024

Disetujui: Tgl 2-Maret-2024

Kata kunci:

Sosialisasi,
Kesehatan gigi dan
mulut

ABSTRAK

Abstract: Prevention of dental and oral problems requires early attention to oral hygiene for children under five. The state of a child's teeth has a significant impact on his or her overall health and development. Since juvenile tooth enamel is not as hardy as adult tooth enamel, it is easily broken or chipped. The goal of this study is to raise awareness among parents in an effort to reduce childhood dental decay. Methods of socialization, activity implementation, and assessment are used in this study. According to the findings of this study on socialization, parents pay greater attention to their children when they complain of toothaches and instruct them in good dental hygiene practices. The psychology of children is strongly influenced by the role of parents in keeping healthy teeth and mouth, so that they are passionate about cleaning their teeth correctly from a young age.

Abstrak: Pencegahan masalah gigi dan mulut memerlukan perhatian sejak dini terhadap kebersihan mulut bagi anak balita. Kondisi gigi anak memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan dan perkembangannya secara keseluruhan. Karena enamel gigi remaja tidak sekuat enamel gigi orang dewasa, mudah patah atau terkelupas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kesadaran orang tua dalam upaya mengurangi kerusakan gigi pada anak. Metode sosialisasi, pelaksanaan kegiatan, dan penilaian digunakan dalam penelitian ini. Menurut temuan penelitian tentang sosialisasi ini, orang tua memberikan perhatian yang lebih besar kepada anak-anak mereka ketika mereka mengeluh sakit gigi dan menginstruksikan mereka dalam praktik kebersihan gigi yang baik. Psikologi anak sangat dipengaruhi oleh peran orang tua dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut, sehingga mereka semangat untuk membersihkan gigi dengan benar sejak dini.

Alamat Korespondensi:

LPPM STIT Muhammadiyah Tempurrejo Ngawi
Program Studi Pendidikan Agama Islam
STIT Muhammadiyah Tempurrejo Ngawi
Jalan Raya Mantingan-Ngawi Km 1, Mantingan, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur 63261
E-mail: lppmstitmtempurrejo@gmail.com

PENDAHULUAN

Mulut bertindak sebagai organ pencernaan pertama tubuh. Saat Anda mengunyah makanan, lidah Anda memecahnya menjadi potongan-potongan kecil sehingga lebih mudah masuk ke perut Anda. Saat kita mengunyah, gigi dan lidah kita bekerja sama untuk memecah makanan menjadi bagian yang lebih kecil. Lidah membantu menghancurkan makanan secara merata dengan menggerakkannya maju mundur. Selain itu lidah juga dapat membantu dalam menelan makanan. Di dalam mulut tidak hanya terjadi proses pencernaan secara *mekanis* tetapi juga terjadi pencernaan secara *kimiawi* (Hidayat & Tandari, 2016).

Dua bakteri penyebab gigi berlubang yang paling sering adalah *Streptococcus mutans* dan *Lactobacillus* sp., keduanya tumbuh subur di lingkungan mulut yang asam (Pratiwi et al., 2020). Plak (biofilm) terbentuk ketika bakteri di mulut memakan sisa makanan dan kemudian menempel pada email gigi. Plak terbentuk ketika seseorang tidak membersihkan gigi dengan benar setelah makan dan minum. Gingivitis dan masalah gusi lainnya dapat disebabkan oleh kemampuan plak menempel pada gusi. Tanpa pembersihan gigi secara teratur, plak dapat menggerogoti enamel gigi dan menyebabkan gigi berlubang (Yusmanijar, 2018). Sangat penting untuk merawat gigi dan gusi seseorang, karena masalah gigi dapat menyebabkan rasa sakit yang luar biasa, mengganggu pencernaan, dan bahkan membahayakan kesehatan organ lain (Mei Adelina Harahap, 2022).

Kekeliruan dalam merawat gigi dan mulut dapat berdampak saat anak memasuki usia remaja. Anak dapat merasakan sakit gigi ketika tidak mendapatkan perawatan gigi yang tepat. Pada anak usia sekolah mereka gemar memakan es krim dan coklat dengan kadar gula tinggi, kebiasaan anak-anak ketika selesai memakan makanan yang manis mereka tidak langsung menggosok gigi. Anak-anak yang memiliki kebiasaan menggosok gigi 1 hari 2 kali saat bangun tidur dan akan tidur memiliki resiko sakit gigi yang lebih besar dibanding dengan anak yang mendapatkan perhatian orang tua dalam menggosok gigi dengan menggunakan pasta dan sikat gigi yang tepat (Theresia et al., 2021).

Di Indonesia masih banyak anak-anak yang abai terhadap kesehatan gigi mereka sendiri. Selain karena kurangnya perhatian dari orang tua mengenai sikat gigi mereka juga minim pengetahuan tentang menggosok gigi. Anak-anak enggan menggosok gigi karena sikat gigi yang mereka gunakan tidak sesuai dengan gigi mereka sehingga ketika menggosok gigi mereka merasakan sakit di area gusi karena sikat gigi yang kebesaran (Rahma Belinda & Sang Surya, 2021).

Cara menggosok gigi yang benar menurut (Putri & Suri, 2022), Pilih pasta gigi yang diformulasikan untuk gigi Anda, ratakan, oleskan ke sikat gigi Anda, letakkan sikat gigi di mulut Anda dengan sudut 45 derajat, dan sikat. Gosok secara vertikal. Menyikat gigi sedini mungkin penting untuk menjaga kesehatan mulut.

Karies gigi adalah penyakit umum pada mulut dan gigi. Gigi berlubang dan kerusakan permanen lainnya pada email gigi adalah akibat dari karies gigi, penyakit yang dapat menyerang siapa saja. Karies gigi dapat disebabkan oleh mikroorganisme, sering makan, mengkonsumsi minuman manis, dan mengabaikan rutinitas kebersihan mulut. Menggosok gigi hanyalah salah satu contoh praktik sederhana, bersih, dan sehat yang dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang perlunya menjaga kesehatan pribadi dan menerapkan gaya hidup yang lebih higienis (Monica, 2016).

Menurut target Global Goals for Oral Health 2020 yang ditetapkan oleh World Health Organization dan World Dental Federation, pada tahun 2020, semua anak di bawah usia 12 tahun akan bebas dari karies gigi dan 50 persen anak usia 5 sampai 6 tahun akan bebas dari karies gigi. menjadi bebas karies (Oktaviani et al., 2022). Akibatnya, penting untuk mematuhi praktik kebersihan mulut yang baik termasuk pembersihan gigi secara teratur. Penelitian menunjukkan bahwa 67,3% anak Indonesia di bawah usia 5 tahun memiliki tingkat karies yang tinggi, dan 57,6% dari seluruh populasi memiliki beberapa jenis penyakit gigi atau mulut (RISKESDAS, 2018). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, antara 60 dan 90 persen anak usia sekolah di seluruh dunia memiliki gigi berlubang (Kartini et al., 2023).

Di desa Tegalrejo, Kelurahan Kandang sapi, Kecamatan Jenar, Kabupaten Sragen masih banyak anak-anak yang menderita karies gigi, mereka mengaku jarang menggosok gigi ketika masih usia balita. Selain karena kurangnya pengetahuan orang tua dalam menjaga kesehatan gigi sejak dini itu sebabnya mereka jarang menggosok gigi sehingga menimbulkan bakteri dan mengakibatkan penyakit gigi seperti

karies gigi. Oleh sebab itu kami mengadakan sosialisasi dalam menjaga kesehatan gigi bagi balita di desa Tegalrejo sebagai upaya dalam mencegah penyakit gigi dan sebagai pengetahuan untuk orang tua mereka tentang pentingnya dalam menjaga kesehatan gigi sejak usia balita. Para orang tua sangat senang karena mereka merasa mendapat ilmu baru. Kami juga menjelaskan bagaimana cara menggosok gigi dengan benar (Malaha et al., 2022).

Ibu memainkan peran yang sangat penting dalam mengingatkan anak-anak mereka tentang perlunya menjaga kebersihan mulut yang baik dengan menyikat gigi dua kali sehari. Perawatan orang tua terhadap gigi anaknya, terutama gigi bayi, seringkali diabaikan. Mereka mendapat kesan bahwa gigi sulung hanya dimaksudkan untuk bertahan sampai gigi permanen muncul. Padahal, gigi susu berfungsi sebagai tempat proses mengunyah makanan, yang memengaruhi nutrisi anak serta tumbuh kembangnya selanjutnya (Delima et al., 2018).

METODE PELAKSANAAN

Metode merupakan suatu prosedur atau langkah untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Metode pelaksanaan dibuat dengan cara teknis dengan cara sistematis yang meliputi bagian tahapan maupun urutan. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini di laksanakan di Posyandu Melati 07 Tegalrejo, Kandangasapi, Jenar. Inisiatif sosialisasi yang menekankan nilai kebersihan mulut yang baik menggunakan strategi penyuluhan yang mencakup penjangkauan, penyampaian layanan, dan penilaian pasca program. Begini cara kerjanya:

1. Sosialisasi

Sosialisasi yaitu suatu proses belajar mengajar. Strategi sosialisasi melibatkan pengajaran kepada masyarakat tentang pentingnya merawat gigi dan gusi, cara mencuci gigi yang benar, dan mengapa hal ini penting. Sosialisasi dilakukan melalui ceramah, tanya jawab, dan pengalaman langsung (Dewi et al., 2022).

2. Pelaksanaan Kegiatan

Penerapan kegiatan di dunia nyata, dengan siswa benar-benar merencanakan dan memberikan presentasi kepada orang tua dan wali yang akan hadir di acara tersebut untuk mempelajari tentang pentingnya kebersihan mulut bagi anak-anak mereka. Upaya siswa untuk mendorong kebiasaan menggosok gigi pada anak usia dini. Usai posyandu, para siswa membagikan sikat gigi gratis kepada anak-anak yang hadir (Oktaviani et al., 2022).



Gambar 1.

Pembagian sikat gigi gratis

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi yaitu tahap akhir dimana mahasiswa menilai praktik gosok gigi yang dilakukan anak-anak sudah sesuai yang diarahkan oleh mahasiswa atau belum (Muzana et al., 2022).

HASIL & PEMBAHASAN

Dusun Tegalrejo merupakan bagian dari Kelurahan Kandang sapi, Kecamatan Jenar, Kabupaten Sragen. Desa Kandang sapi dikelilingi oleh pertanian tebu, dan jagung. Sehingga mayoritas penduduk di Dusun Kandang sapi ialah sebagai petani tebu dan petani jagung. Desa Kandang sapi merupakan daerah dataran tinggi, dengan suhu udara 33°C dan suhu terendah 27°C.

Kegiatan program pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut di Posyandu Tegalrejo dilakukan secara terprogram dengan memberikan arahan langsung kepada orang tua dan balita yang hadir dalam sosialisasi di Posyandu tersebut. Sosialisasi ini diadakan untuk menyadarkan para orang tua tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak dini. Peran orang tua sangat berpengaruh dalam mengarahkan anak-anak untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut.

Karena beberapa sisa makanan mungkin terlewatkan saat menyikat gigi di pagi hari, para ahli sepakat bahwa menyikat gigi dua kali sehari sudah cukup untuk menghilangkan semua sisa makanan dari gigi Anda. Karena produksi air liur melambat di malam hari, hal terakhir yang harus Anda lakukan sebelum tidur adalah mencuci gigi (Vevi Suryenti Putri, 2021).

Tujuan diadakannya sosialisasi ini untuk memberitahu orang tua dan anak-anak tentang pentingnya menggosok gigi. Menyikat gigi memiliki beberapa manfaat, antara lain menurunkan bakteri dan bau mulut, mencegah gigi berlubang, serta menjaga tekstur dan struktur gigi tetap baik.

Plak dan sisa makanan dapat dihilangkan dari gigi dan ruang di antara mereka dengan menyikat gigi. Dari hasil penelitian yang dilakukan (BUDIARTI, 2021) mengenai cara menggosok gigi dengan benar, dapat dirangkum menjadi beberapa tahapan. Berikut ini tahapan menyikat gigi dengan benar :

1. Siapkan pasta gigi yang mengandung fluoride dan sikat gigi berukuran tepat untuk mulut anak sebelum menyikat gigi.
2. Membersihkan lidah sangat penting karena menghilangkan bakteri anaerob penyebab bau mulut, oleh karena itu sebaiknya lakukan sebelum mengajak anak menyikat gigi.
3. Sudut penggunaan sikat gigi yang optimal adalah 45 derajat. Gunakan gerakan melingkar, turun dari langit-langit selama kira-kira 20 detik. Mulailah menyikat di garis gusi dan lanjutkan ke bagian belakang mulut, di mana gigi jarang digunakan untuk mengunyah.
4. Gunakan orientasi vertikal sikat gigi atau ujung kepala sikat gigi dan sikat dengan gerakan memutar dari garis gusi ke mahkota gigi depan untuk membersihkan area ini. Lakukan latihan ini dua atau tiga kali.
5. Jika perlu, ubah rutinitas menyikat gigi Anda. Jika Anda membersihkan gigi dengan cara yang sama setiap saat, Anda mungkin akan melupakan area yang jarang Anda jangkau.
6. Saat membersihkan gigi, sebaiknya mulai dengan gigi geraham atas dan akhiri dengan gigi geraham bawah.
7. Terlalu banyak kekuatan dan tekanan saat menyikat dapat menyebabkan kerusakan pada gigi dan gusi Anda. Terakhir, jangan berkumur lebih dari sekali.
8. Untuk pasta gigi jangan sampai tertelan, edukasi si kecil agar selalu mengeluarkannya setelah berkumur.



Gambar 2.

Menjelaskan cara menyikat gigi dengan benar

Mendidik anak-anak tentang pentingnya kebersihan gigi yang baik adalah tempat yang bagus untuk memulai. Karena kebersihan gigi yang baik adalah kebiasaan yang mulai dibentuk oleh banyak anak di sekitar usia ini dan dibawa hingga dewasa, mengetahui hal ini sangatlah penting. Sebagian besar anak di bawah usia lima tahun kurang memiliki pengetahuan orang dewasa yang diperlukan untuk merawat gigi dan gusi mereka dengan benar. Akibatnya, anak-anak kecil terus bergantung pada pengasuh mereka untuk memastikan bahwa mulut mereka bersih dan gigi mereka sehat (Cahyaningrum, 2017).

PENUTUP

Kesehatan gigi anak harus dievaluasi kembali. Terganggunya perkembangan gigi dapat disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya adalah kerusakan gigi. Puing-puing makanan yang lengket memicu karies gigi, yang pada gilirannya menyebabkan pengapuran gigi, yang menyebabkan gigi keropos, berlubang, dan rusak yang tidak dapat mengunyah makanan secara efektif dan karenanya menghambat pencernaan. hilangnya waktu bermain karena sakit gigi, yang dapat berdampak negatif pada perkembangan anak dan penyerapan nutrisi dari makanan.

Anak-anak masih mengandalkan orang tua untuk merawat dan menjaga kesehatan gigi dan mulut mereka karena itu adalah tugas orang tua. Konsumsi makanan dan minuman manis anak-anak telah meningkat tanpa perbaikan yang sesuai dengan kebersihan gigi. Anak-anak harus diajari sejak dini tentang pentingnya menghindari kerusakan gigi dengan membatasi asupan makanan manis. Melakukan pemeriksaan gigi secara teratur setiap enam bulan dan menyikat gigi dua kali sehari.

SARAN

Sangat diharapkan untuk orang tua agar memperhatikan kesehatan gigi anak dan orang tua dapat mengajarkan bagaimana cara menggosok gigi dengan benar agar terhindar dari penyakit gigi, karena support dari orang tua sangat berpengaruh terhadap semangat anak dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Dan ketika anak-anak telah selesai memakan makanan manis segera di ingatkan agar segera menggosok gigi. Jangan terlalu sering memakan makanan ketika masih panas atau meminum minuman yang terlalu dingin karena itu dapat menyebabkan gigi mudah keropos.

DAFTAR PUSTAKA

- BUDIARTI, S. N. I. (2021). Meningkatkan Kesehatan Anak Melalui Pembiasaan Sikat Gigi Di Tk Negeri Pakunden. *EDUCATIONAL: Jurnal Inovasi Pendidikan & Pengajaran*, 1(1), 117–123. <https://doi.org/10.51878/educational.v1i1.65> diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 14.38 wib
- Cahyaningrum, A. N. (2017). Hubungan Perilaku Ibu Terhadap Kejadian Karies Gigi Pada Balita di Paud Pyra Sentosa Relationship of Mother Behavior Against Dental Caries Incidence in Toddler at Putra Sentosa Early Childhood. *Departemen Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga*, 5(April 2017), 143. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i2.2017.142-151> diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 15.20 wib
- Delima, A. R., Riyadi, N. A., & Maulani, C. (2018). Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Mengenai Kesehatan Gigi dan Mulut Balita. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 2(2), 245. <https://doi.org/10.30595/jppm.v2i2.2463> diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 15.35 wib
- Dewi, O., Herniwanti, H., & Rani, N. (2022). Peningkatan Pengetahuan Dan Pemahaman Lansia Melalui Penyuluhan Tentang Kesehatan Gigi Dan Mulut. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(3), 259–267. <https://doi.org/10.25311/jppkk.vol1.iss3.1046> diakses pada tanggal 07 April 2023 pukul 17.38 wib
- Hidayat, R., & Tandiar, A. (2016). *Kesehatan Gigi dan Mulut- apa yang sebaiknya anda tahu?* (P.

- Christian (ed.)). CV. Andi Offset (Penerbit Andi). diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 16.30 wib
- Kartini, K. S., Nanda, S., Pramesti, B., Suryati, K., Krisna, E. D., Wayan, N., & Putri, S. (2023). PENYULUHAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT DENGAN MEDIA ANIMASI DENGAN APLIKASI CANVA. *Jurnal WIDYA LAKSMI*, 3(1), 21–28. diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 16.00 wib
- Malaha, N., Serli, S., Pannyiwi, R., Rosida, R., Rahmat, A. R., & K, H. (2022). Sosialisasi Dampak Konsumsi Susu Formula Terhadap Karies Gigi. *Sahabat Sosial Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–6. diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 15.40 wib
- Mei Adelina Harahap, M. (2022). PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG SIKAT GIGI PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(1), 34–38. diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 16.45 wib
- Monica, G. (2016). Perbandingan tingkat kesehatan gigi dan mulut pada sekolah dasar yang belum dan telah menerapkan program sikat gigi pagi di wilayah kerja Puskesmas “ X ” di Kota Bandung. *Makassar Dental Journal*, 5(1), 1–5. diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 17.10 wib
- Muzana, S. R., Lubis, S. P. W., Nizar, M., Wirda, W., Yulinar, Y., Fadli, M., Arahim, Z., & Rizka, I. D. (2022). Sosialisasi Pentingnya Menjaga Kesehatan Gigi Dan Mulut Terhadap Anak- Anak Di Kabupaten Aceh Besar. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3), 1554. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i3.10926> diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 17.26 wib
- Oktaviani, E., Feri, J., Aprilyadi, N., Dewi Ridawati, I., Keperawatan Lubuklinggau, P., & Kemenkes Palembang, P. (2022). Edukasi Kesehatan Gerogi (Gerakan Gosok Gigi) Untuk Menjaga Kesehatan Gigi Dan Mulut Anak Pra Sekolah. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 5(2), 363–371. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/JCES/article/view/7732> diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 18.47 wib
- Pratiwi, D., Ariyani, A. P., Sari, A., Wirhadikusumah, A., Nofrizal, R., Tjandrawinata, R., Soulisha, A. G., Wijaya, H., Sandra, F., Gigi, K., Gigi, F. K., & Trisakti, U. (2020). PENYULUHAN PENINGKATAN KESADARAN DINI DALAM MENJAGA KESEHATAN GIGI DAN MULUT PADA MASYARAKAT TEGAL ALUR, JAKARTA. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(2), 120–128. diakses pada tanggal 02 April 2023 pukul 15.56 wib
- Putri, V. S., & Suri, M. (2022). Pentingnya Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak Usia Sekolah di RT 10 Kelurahan Murni Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(1), 39. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i1.207> diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 16.23 wib
- Rahma Belinda, N., & Sang Surya, L. (2021). Media Edukasi Dalam Pendidikan Kesehatan Gigi dan Mulut Pada Anak-Anak. *Jurnal Riset Intervensi Pendidikan (JRIP)*, 3(1), 56–60. <http://journal.rekarta.co.id/index.php/jrip/> diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 17.01 wib
- Theresia, N., Rahmawaty, F., Sylvia, E. I., & Yusup, A. (2021). Kesehatan Gigi Sangat Penting untuk Anak Usia sekolah. *Jurnal Forum Kesehatan: Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 11, 31–37. diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 20.04 wib
- Vevi Suryenti Putri, M. (2021). Efektifitas Gosok Gigi Massal dan Pendidikan Kesehatan Gigi Mulut pada Anak Usia 7-11 Tahun di SDN 174 Kel. Murni Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(1), 63–71. diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 14.18 wib
- Yusmanijar, M. A. (2018). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN GIGI DAN MULUT DENGAN PERILAKU PERAWATAN GIGI DAN MULUT PADA ANAK USIA SEKOLAH 7-9 TAHUN DI SD ISLAM AL AMAL JATICEMPAKA. *I(2)*, 64–69. diakses pada tanggal 06 April 2023 pukul 14.38 wib