

SOSIALISASI PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN GIGI DAN MULUT TERHADAP ANAK-ANAK DI KABUPATEN ACEH BESAR

Syarifah Rahmiza Muzana¹⁾, Silvi Puspa Widya Lubis¹⁾, Muhammad Nizar²⁾, Wirda^{1,3)}, Yulinar⁵⁾,
Muhammad Fadli^{1,4)}, Zul Arahim. A¹⁾, Irna Diah Rizka⁴⁾

¹⁾Pendidikan Fisika, FKIP, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, Aceh, Indonesia

²⁾PGSD, FKIP, Universitas Muhammadiyah Mataram, Provinsi Nusa Tenggara Barat, Mataram, Indonesia

³⁾Teknik Elektromedik, STIKes Muhammadiyah Aceh, Banda Aceh, Indonesia

⁴⁾Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, Indonesia

Corresponding author : Syarifah Rahmiza Muzana

E-mail : syarifahrahmiza_fisika@abulyatama.ac.id

Diterima 08 September 2022, Direvisi 21 September 2022, Disetujui 22 September 2022

ABSTRAK

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan di kampung Lambunot Kab. Aceh Besar, Prov. Aceh yang dilaksanakan pada tanggal 24 Agustus 2022. Tujuan pelaksanaan sosialisasi ini yaitu memberikan pemahaman kepada anak-anak akan pentingnya menjaga gigi dan mulut sehingga terhindar dari berbagai penyakit antara lain yaitu gigi berlubang, radang gusi, infeksi gusi, sariawan, dan gigi patah. Hal yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut yaitu menyikat gigi 2 kali sehari sebelum tidur dan sesudah sarapan, meningkatkan durasi dalam menyikat gigi selama 2 menit sehingga bisa mengangkat semua yang menempel di gigi, memilih sikat gigi yang lembut bulunya dan memilih pasta gigi yang benar. Metode yang digunakan pada saat sosialisasi yaitu metode ceramah, tanya jawab dan praktek langsung. Hasil yang didapatkan diantaranya anak-anak semakin paham bagaimana menjaga kesehatan gigi dan mulut dan mengerti bagaimana pentingnya merawat dan menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Kata kunci: kesehatan; gigi; mulut; anak-anak .

ABSTRACT

This socialization activity was carried out in Lambunot Village, Kab. Aceh Besar, Prov. Aceh, which was held on August 24, 2022. The purpose of this socialization was to provide children with an understanding of the importance of taking care of their teeth and mouth so as to avoid various diseases, including cavities, gingivitis, gum infections, canker sores, and broken teeth. Things that must be done to maintain oral and dental health are brushing teeth twice a day before bed and after breakfast, increasing the duration of brushing for 2 minutes so that it can remove all that is stuck to the teeth, choosing a soft-bristled toothbrush and choosing a toothpaste that Correct. The method used at the time of socialization is the lecture method, question and answer and direct practice. The results obtained include children increasingly understand how to maintain healthy teeth and mouth and understand how important it is to care for and maintain healthy teeth and mouth.

Keywords: health; teeth; mouth; children.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting dijaga baik pada kalangan anak-anak maupun orang dewasa, sesuai dengan tujuan pembangunan menuju Indonesia Sehat 2025 yaitu meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dapat terwujud, bangsa dan negara Indonesia yang ditandai oleh penduduknya yang hidup dengan perilaku dan dalam lingkungan sehat, memiliki kemampuan untuk menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu, secara adil dan merata, serta memiliki derajat kesehatan yang setinggi-tingginya bagi seluruh wilayah

Republik Indonesia (DEPKES, 2009).

Pemerintah sudah berupaya untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan bagi seluruh tubuh sehingga masyarakat yang hidup sehat dapat menunjang kesejahteraan hidupnya, namun banyak dari masyarakat yang mengabaikan ajakan pemerintah untuk hidup sehat, terutama pada kesehatan gigi dan mulut, kesehatan yang seringkali diabaikan oleh sebagian masyarakat terutama di daerahperdesaan yaitu kesehatan mulut dan gigi, namun kesehatan ini memiliki efek yang sangat penting bagi tubuh terutama di bagian gigi dan mulut, gangguan yang biasanya terjadi bila tidak menjaga kesehatan gigi dan mulut antara lain yaitu gigi

berlubang, radang gusi, infeksi gusi, sariawan, dan gigi patah yang bisa diderita oleh orang dewasa dan anak-anak. Penyakit mulut yang umumnya diderita pada anak-anak yaitu penyakit pada jaringan keras gigi atau lebih dikenal dengan karies gigi, sedikitnya 89% anak-anak menderita penyakit karies gigi sampai sekarang baik itu di negara maju ataupun negara berkembang seperti di Indonesia. World Health Organization menyatakan bahwa 60-90% anak-anak di seluruh dunia yang masih duduk di bangku sekolah memiliki gigi berlubang.

Usia sekolah merupakan masa dimana anak-anak masih suka bermain dan jajan sembarangan tanpa memperdulikan kesehatan sehingga perlu ditanamkan bagaimana cara untuk menjaga kesehatan terutama pada bagian gigi dan mulut, namun tidak bisa dihindari bahwa pola makanan yang di konsumsi setiap hari sangat mempengaruhi terhadap penyakit yang ditimbulkan pada gigi dan mulut, makanan yang dapat memicu penyakit gigi dan mulut seperti jajan sembarangan, makanan yang banyak mengandung gula, biskuit dan cookies, nasi dan pasta. Makanan ini bila dikonsumsi berlebihan maka akan sangat berpengaruh terhadap kesehatan gigi dan mulut.

Dari hasil latar belakang di atas maka sangatlah perlu dilakukan sosialisasi tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut kepada anak-anak yang masih duduk di bangku sekolah, sehingga nantinya mereka dapat memahami bagaimana pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

METODE

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan di desa Lambunot Kab. Aceh Besar, peserta pada kegiatan ini yaitu anak-anak dari usia 6 tahun sampai dengan 13 tahun, tempat yang digunakan untuk sosialisasi yaitu mushola kampung Lambunot. Jumlah peserta yang hadir yaitu sebanyak 12 orang anak-anak yang terdiri dari anak laki-laki dan perempuan.

Tahapan yang dilakukan dalam proses sosialisasi yaitu:

1. Tahap persiapan
Tahap persiapan ini dilakukan untuk menentukan mekanisme bagaimana jalannya proses sosialisasi yang akan dilakukan, antara lain: menentukan ketua pelaksanaan, melakukan komunikasi dengan pihak kampung Lambunot tentang pelaksanaan kegiatan, menyiapkan materi tentang cara menjaga gigi dan mulut dengan menggunakan power point, menyiapkan media infokus, menyiapkan pasta gigi dan sikat gigi yang akan digunakan oleh anak-anak.
2. Tahap pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di dalam mushola desa Lambunot yang dihadiri oleh dosen, mahasiswa, anak-anak usia 6 tahun – 13 tahun, dan aparat desa. Tahap kegiatan yang dilakukan antara lain:

- a) Aparat desa menghimbau kepada anak-anak untuk berkumpul di mushola desa pada pukul 14.00 wib sampai dengan pukul 18.00 wib
- b) Mahasiswa menyiapkan materi dan media infokus untuk menyampaikan materi tentang pentingnya menjaga gigi dan mulut bagi anak-anak. Materi yang dipresentasikan dapat dilihat pada gambar 1 dibawah ini.



Gambar 1. Materi tentang kelainan padan gigidan mulut

- c) Dosen di bantu mahasiswa menjelaskan materi tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut terhadap anak-anak.
- d) Metode yang digunakan pada saat sosialisasi yaitu metode ceramah, tanya jawab, dan praktek langsung.
- e) Mahasiswa memberikan motivasi kepada anak-anak dengan membawakan lagu tentang cara menggosok gigi yang benar. Gambar 2 menjelaskan tentang motivasi anak-anak untuk menyikat gigi secara rutin.



Gambar 2. Mahasiswa Menyanyikan Lagu tentang cara menggosok gigi yang benar

- f) Mahasiswa membagikan sikat gigi kepada anak-anak yang ikut sosialisasi
3. Tahap Evaluasi kegiatan
Tahap evaluasi yaitu tahap dimana

mahasiswa mempraktekkan bagaimana melakukan sikat gigi yang benar dan anak-anak ikut melakukannya dengan bimbingan mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi terhadap anak-anak dengan tema pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut dilakukan pada tanggal 24 Agustus 2020 berjalan dengan baik dan lancar. Materi yang diberikan terkait dengan bagaimana cara menjaga kesehatan gigi dan mulut sehingga anak-anak bisa terbebas dari penyakit gigi dan mulut.

Desa Lambunot tempat dilakukan sosialisasi merupakan salah satu desa yang ada di Kec. Simpang Tiga, Kab. Aceh Besar yang merupakan mitra kerjasama dengan Universitas Abulyatama dalam hal pengembangan pendidikan, penelitian dan pengabdian. Sosialisasi ini dilakukan oleh dosen dan mahasiswa dalam rangka Pengabdian Kepada Masyarakat, pengabdian ini sudah seharusnya dilakukan untuk memberikan pemahaman tentang masalah-masalah yang dihadapi di lingkungan masyarakat, sehingga peran perguruan tinggi menjadi solusi yang benar-benar bisa dirasakan oleh masyarakat baik yang dekat dengan kampus maupun yang jauh.

Melihat kondisi anak-anak yang ada di desa Lambunot maka sangat perlu dilakukan sosialisasi terhadap pentingnya kesehatan gigi dan mulut, kebersihan gigi dan mulut yang baik akan membuat gigi dan jaringan sekitarnya sehat, pemeliharaan dan perawatan yang baik akan menjaga gigi dan mulut dari penyakit (Boediharjo, 1985). Mulut sebenarnya sudah memiliki sistem pembersihan sendiri (*self Cleansing*) yaitu air ludah, tetapi dengan makanan yang modern seperti sekarang, pembersihan alami ini tidak lagi dapat berfungsi dengan baik, oleh karena itu untuk menjaga agar gigi dan mulut tetap dalam keadaan bersih diperlukan bantuan sikat gigi dan bahan-bahan lainnya (Tarigan, 1989).

Upaya yang harus dilakukan biar anak-anak tetap menjaga kesehatan gigi dan mulut yaitu dengan cara memberikan pemahaman, pengetahuan, dan didikan terhadap pentingnya kesadaran dan penanganan terhadap kesehatan gigi termasuk pencegahan dan perawatan. (Anggina et al., 2020) menjelaskan bahwa tindakan pencegahan terhadap penyakit yang terjadi pada gigi dan mulut harus dilakukan sehingga tidak terjadi gangguan fungsi, aktivitas (belajar dan bekerja), dan penurunan produktivitas kerja tertentu yang nantinya akan menghambat proses kegiatan sehari-hari.

Kondisi gigi dan mulut yang sehat sangat

berkaitan erat dengan tingkat daya tahan tubuh manusia, semakin baik atau terjaganya kondisi gigi dan mulut maka seseorang juga memiliki kekebalan tubuh yang baik atau imunitas tubuh yang tinggi. Dengan adanya imun tubuh yang tinggi maka akan mampu menjaga kesehatan tubuh yang baik. Menurut Septiani *et al.*, (2021) menjaga kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan dengan beberapa cara antara lain:

1. Menyikat gigi, yaitu cara yang digunakan pada umumnya untuk membersihkan deposit lunak yang ada pada permukaan gigi dan gusi, terdapat tehnik-tehnik yang berbeda-beda untuk membersihkan gigi dan memijat gusi dengan sikat gigi. Adapun beberapa tehnik tersebut yaitu:
 - a. Vertikal Tehnik
 - b. Horizontal Tehnik
 - c. Roll tehnik atau modifikasi stilman
 - d. Vibratory tehnik

Vibratory tehnik terdiri dari:

- a. Charter's tehnik
 - b. Stillman-Mc Call tehnik
 - c. Bass tehnik
 - d. Fonis tehnik atau tehnik sirkuler
 - e. Physiologies tehnik
2. Waktu menyikat gigi, yaitu waktu yang tepat untuk melakukan sikat gigi antara lain sebelum tidur malam dan sesudah sarapan pagi
 3. Durasi sikat gigi, yaitu waktu yang digunakan untuk menyikat gigi antara lain minimal 2 menit sehingga efektif untuk membersihkan plak.
 4. Rutin mengganti sikat gigi
 5. Pilih sikat gigi yang berbulu lembut
 6. Memilih pasta gigi yang benar

Kegiatan yang dilakukan pada sosialisasi ini dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Mahasiswa menjelaskan bagaimana cara menyikat gigi yang benar



Gambar 4. Anak-anak didampingi orang tua mengikuti sosialisasi terhadap kesehatan gigi dan mulut.



Gambar 5. Tim sosialisasi terhadap pentingnya kesehatan gigi dan mulut

SIMPULAN DAN SARAN

Kesehatan gigi dan mulut merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan, hal ini dikarena dengan penyakit yang ditimbulkan dari gigi dan mulut bisa mengganggu aktivitas dan produktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Mengingat pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut maka sangatlah perlu untuk dilakukan sosialisasi terhadap pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut bagi anak-anak dan juga orang dewasa. Hal yang umum dilakukan untuk menjaga gigi dan mulut antara lain yaitu menyikat gigi 2 kali sehari sebelum tidur dan sesudah sarapan, meningkatkan durasi dalam menyikat gigi selama 2 menit sehingga bisa mengangkat semua yang menempel di gigi, memilih sikat gigi yang lembut bulunya dan memilih pasta gigi yang benar.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada LPPM Universitas Abulyatama yang sudah mendanai seluruh kegiatan pengabdian dan Aparat kampung Lambunot yang sudah sangat mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian ini, serta terimakasih kepada mahasiswa dan rekan dosen yang sudah ikut terlibat dalam menyukseskan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR RUJUKAN

Anggina, D. N., Tanzila, R., & Salim, N. A.

(2020). Penyuluhan peningkatan kesehatan gigi dan mulut sebagai upaya pencegahan gigi berlubang pada anak Pra Sekolah di TK Chiqq Smart Palembang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 3(2), 295–301.

Boediharjo. (1985). *Pemeliharaan Kesehatan Gigi Keluarga*. Airlangga University Press.

DEPKES. (2009). Rencana Pembangunan jangka Panjang Bidang Kesehatan 2005-2025. In *Departemen Kesehatan*. Departemen Kesehatan. [.cairn.info/revue-management-et-avenir-2010-6-page-84.htm%0Ahttp://www.cairn.info/bifurcations--9782707156006-page-349.htm%0Ahttp://w](http://www.cairn.info/revue-management-et-avenir-2010-6-page-84.htm%0Ahttp://www.cairn.info/bifurcations--9782707156006-page-349.htm%0Ahttp://w)

Septiani, D., Sughesti, D., Susanti, D., Sihombing, M. T. P., & Novitasari, S. (2021). Pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut di era pandemi Covid'19, demi kelangsungan aktivitas usaha. *Dedikasi PKM*, 3(1), 56–66. <https://doi.org/10.32493/dedikasipkm.v3i1.14607>

Tarigan, R. (1989). *Kesehatan Gigi dan Mulut*.