

**PENYULUHAN CARA MENGGOSOK GIGI DENGAN  
BAIK DAN BENAR DI PANTI BUSAINA  
BANDAR LAMPUNG**

**Linawati Novikasari<sup>1</sup>, Rilyani<sup>2</sup>, Rahma Ellya<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> PSIK Fakultas kedokteran , Universitas Malahayati Bandar Lampung

<sup>2</sup> PSIK Fakultas kedokteran , Universitas Malahayati Bandar Lampung

<sup>3</sup> PSIK Fakultas kedokteran , Universitas Malahayati Bandar Lampung

Email: lina.novika@yahoo.com; simahayarily@gmail.com;  
bundaauliyusri@yahoo.co.id

**ABSTRAK**

Kesehatan gigi dan mulut adalah salah satu masalah kesehatan yang membutuhkan penanganan yang berkesinambungan karena memiliki dampak yang sangat luas, sehingga perlu penanganan khusus sebelum terlambat. Anak usia sekolah merupakan usia dimana mereka lebih cenderung untuk memilih makanan yang manis seperti coklat dan permen. Hal ini menjadi faktor utama meningkatnya anak usia sekolah dengan masalah kerusakan gigi. Tujuannya dengan memberikan penyuluhan tentang menggosok gigi yang baik dan benar diharapkan kerusakan gigi pada anak dapat di kurangi dengan menggosok gigi secara teratur yakni sesudah makan pada pagi hari dan sebelum tidur pada malam hari. Metode penyuluhan menggunakan leaflet lembar balik dan mendemostrasikan cara menggosok gigi . Setelah dilakukan penyuluhan maka terdapat peningkatan pengetahuan anak-anak di panti asuhan Busaina Bandar Lampung tentang cara menggosok gigi dengan baik dan benar

**Kata Kunci :** Sikat Gigi, Kesehatan, Penyuluhan

**ABSTRACT**

Oral and dental health is one of the health problems that require continuous treatment because it has a very wide impact, so special treatment is needed before it's too late. School-age children are ages where they are more likely to choose foods that are sweet like chocolate and candy. This is a major factor in increasing school-age children with tooth decay problems. The goal is to provide good education about brushing your teeth properly and hope that tooth decay in children can be reduced by brushing your teeth regularly after eating in the morning and before going to bed at night. The extension method uses flipchart leaflets and demonstrates how to brush your teeth. After counseling, there was an increase in the knowledge of children in the Busaina Bandar Lampung orphanage about how to brush teeth properly

**Keywords :** Tooth Brush, Health, Counseling

## 1. PENDAHULUAN

Sasaran Pembangunan Milenium (Millennium Development Goals atau disingkat dalam MDGs), memiliki beberapa poin sasaran salah satunya yaitu tercapainya kesejahteraan rakyat dan pembangunan masyarakat pada 2015. Pencapaian kesejahteraan rakyat didukung oleh kesehatan masyarakat. salah satunya meliputi kesehatan anak-anak. Jumlah anak yang besar yakni 30% dari total penduduk Indonesia atau sekitar 73 Juta orang dan usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Saat ini di Indonesia terdapat lebih dari 250.000 baik dari sekolah negeri, swasta maupun sekolah agama. Sekolah selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran juga dapat menjadi ancaman penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. Lebih dari itu, usia sekolah bagi anak juga merupakan masa rawan terserang berbagai penyakit.

Kesehatan gigi dan mulut adalah salah satu masalah kesehatan yang membutuhkan penanganan yang berkesinambungan karena memiliki dampak yang sangat luas, sehingga perlu penanganan khusus sebelum terlambat. Ketepatan dalam menggosok gigi adalah hal terpenting dalam merawat gigi. Menggosok gigi harus dapat membersihkan semua permukaan gigi dan gusi. Pergerakan sikat tidak boleh merusak gigi atau menyebabkan abrasi pada gigi. waktu Menggosok gigi yang tepat dilakukan pada pagi hari setelah makan dan sebelum tidur malam. Hal ini dikarenakan agar sisa-sisa makanan tidak menempel di email gigi yang dapat menjadi flak yang membandel dan dapat menjadi factor pencetus terjadinya kerusakan gigi.

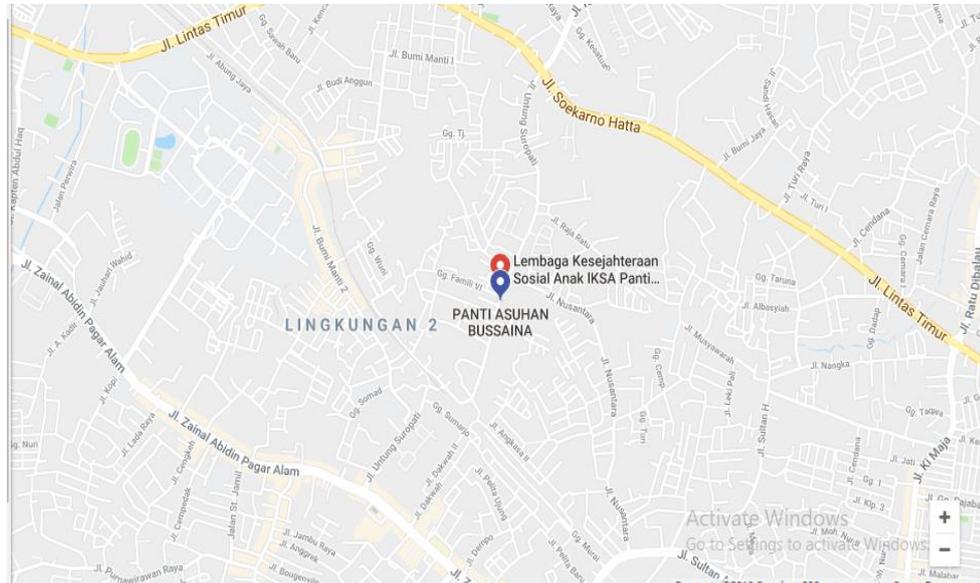
Kerusakan gigi merupakan salah satu penyakit yang disebabkan oleh kurangnya kebersihan gigi dan mulut. Anak usia sekolah merupakan usia dimana mereka lebih cenderung untuk memilih makanan yang manis seperti coklat dan permen. Hal ini menjadi faktor utama meningkatnya anak usia sekolah dengan masalah kerusakan gigi. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan terhadap anak usia sekolah tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar.

Dengan memberikan penyuluhan tentang menggosok gigi yang baik dan benar diharapkan kerusakan gigi tersebut dapat di kurangi dengan menggosok gigi secara teratur yakni sesudah makan pada pagi hari dan sebelum tidur pada malam hari. Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut agar mendapatkan gambaran nyata, tentang pengetahuan anak-anak dalam menggosok gigi dengan baik dan benar.

## 2. MASALAH

Panti asuhan Busaina Bandar Lampung merupakan salah satu panti asuhan yang mayoritas terdiri dari anak-anak kecil dan remaja. Pemahaman yang kurang tepat tentang cara meggosok gigi yang baik dan benar merupakan salah satu alasan akan dilakukannya penyuluhan tentang menggosok gigi yang baik dan benar dipanti asuhan Busaina Bandar Lampung. dimana

tujuannya agar sejak kecil mereka sudah terbiasa menanamkan hidup bersih dan sehat yang di mulai dengan menggosok gigi yang baik dan benar. Target kegiatan ini adalah memberikan pengetahuan yang lebih kepada anak-anak dengan cara menggosok gigi dengan baik dan benar agar anak-anak lebih menjaga kesehatan gigi nya.



Gambar 2.1 Peta Lokasi Panti Asuhan Busaina Bandar Lampung

### 3. METODE

Metode penyuluhan menggunakan leaflet lembar balik dan mendemostrasikan cara menggosok gigi yang baik dan benar. subjek dalam kegiatan ini adalah anak-anak yang tinggal dipanti asuhan Busaina Bandar Lampung. Pada tahap awal dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar. Kemudian dilakukan penyuluhan yang dihadiri sebanyak 45 orang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Setelah penyuluhan selesai dilakukan post test untuk mengetahui apakah peserta sudah mengetahui dan memahami cara menggosok gigi yang baik dan benar.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan kesehatan mengenai menggosok gigi dilaksanakan pada hari Jumat, 01 juni 2018, pukul 13:00 s/d 14:00. Jadwal ini sesuai dengan rencana penyuluhan kesehatan yang saya laksanakan telah di beri izin oleh pemilik Panti Asuhan Bussaina. Peserta penyuluhan yang hadir adalah sebanyak 45 anak, yang terdiri dari siswa TK hingga mahasiswa ataupun mahasiswi. Berikut adalah gambar pelaksanaan penyuluhan.



Gambar 4.1 penyuluhan tentang Menggosok gigi

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini terdiri dari penyampaian materi, sesi tanya jawab, dan pembagian leaflet serta mendemonstrasikan menggosok gigi yang baik dan benar. Peserta mengikuti pemateri mulai dari berkumur, meratakan pasta gigi dibagian kanan dan kiri, menggosok gigi secara perlahan dan memutar ke bagian dalam dan luar, gosok secara vertical untuk membersihkan gigi depan dan bagian dalam, gosok gigi keatas dan kebawah untuk menghilangkan kotoran di sela2 gigi, kemudian menyikat lidah untuk menghilangkan bakteri sehingga nafas menjadi lebih segar. Peserta yang hadir dalam penyuluhan tampak sangat antusias mengikuti penyuluhan dari awal sampai akhir. Pengetahuan peserta di panti asuhan meningkat

## 5. KESIMPULAN

Kesimpulan dapat di ambil dari uraian kegiatan pengabdian kepada masyarakat di wilayah Bandar Lampung antara lain setelah dilakukan penyuluhan maka terdapat peningkatan pengetahuan anak-anak di panti asuhan Busaina Bandar Lampung tentang cara menggosok gigi dengan baik dan benar yang awalnya hanya 40% naik menjadi 80% .

## 6 . DAFTAR PUSTAKA

Eanto, Rudhi. (2013). *Penyuluhan Kesehatan Gigi*. Jakarta: Gramedia.

Anisasaja01.blogspot.co.id/2016/10/sap-cara-menggosok-gigi-yang-baik-dan.html?m=1.

Nurjannah, Liska. (2012). 10/sap-cara menggosok gigi.html?=1.