



JOURNAL OF Public Health Concerns
ISSN 2777-0826 (Print)
ISSN 2776-592X (Online)
DOI: 10.56922



ARTICLE INFORMATION

Received: June, 16, 2026

Revised: June, 23, 2026

Available online: June, 30, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Senyum ceria tanpa karies melalui edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada anak

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

Abstract

Background: Oral health is an essential aspect of general health that often receives insufficient attention, despite its significant impact on quality of life, particularly among elementary school-aged children. Health education programs that combine practical elements with hands-on simulations can provide a deeper learning experience and enhance students' understanding and skills regarding oral hygiene.

Purpose: To improve oral health knowledge through education and hands-on practical guidance.

Method: This community service activity was conducted on April 17, 2026, at SDN 270 Lebani (Lebani State Elementary School 270) in Lebani Village, North Belopa District, Luwu Regency. The activity aimed to impart knowledge and provide direct guidance on maintaining oral health by demonstrating proper tooth-brushing techniques. A total of 170 students from grades I through VI participated as respondents. The educational session employed a participatory educational approach, demonstrations, and hands-on practical guidance. Measurement parameters involved subjective observations to assess respondents' knowledge regarding the correct times to brush their teeth, improvements in their brushing technique skills, and their commitment to practicing these habits at home. Evaluation of the educational and guidance activities was based on observations and is presented descriptively.

Results: This activity helped students more easily understand the timing, techniques, and benefits of tooth brushing. Regarding knowledge, the activity improved understanding of what constitutes clean and healthy teeth, the causes of dental pain, and prevention methods. In terms of benefits, it fostered awareness and independence in children regarding the adoption of good habits from an early age and improved their ability to focus on learning without the distraction of dental pain.

Conclusion: Educating elementary school students on proper tooth brushing is a relevant health promotion and prevention activity for improving oral health literacy and establishing habits early on. Interactive education, demonstrations, and supervised practice complemented by quizzes can help students more easily grasp the timing, techniques, and benefits of tooth brushing.

Suggestion: This program is expected to be integrated into school extracurricular activities and repeated periodically with the support of teachers and parents.

Keywords: Caries; Children; Health education; Healthy teeth; Tooth brushing

Senyum ceria tanpa karies melalui edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada anak

Pendahuluan: Kesehatan gigi dan mulut merupakan aspek esensial dari kesehatan umum yang sering kali kurang mendapat perhatian, padahal memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup, terutama pada anak-anak usia sekolah dasar. Program pendidikan kesehatan yang menggabungkan elemen praktis dan simulasi langsung dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih mendalam dan meningkatkan pemahaman serta keterampilan siswa dalam merawat kesehatan gigi mereka.

Tujuan: Untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut melalui edukasi dan pendampingan praktik langsung.

Metode: Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 17 April 2026 di SDN 270 Lebani Desa Lebani Kecamatan Belopa Utara Kabupaten Luwu. Sasaran kegiatan ini adalah memberikan pengetahuan dan bimbingan langsung dalam menjaga kesehatan gigi dengan melakukan perawatan menggosok gigi yang benar. Melibatkan sebanyak 170 siswa kelas I sampai VI untuk menjadi responden. Kegiatan penyuluhan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif, demonstrasi, dan pendampingan praktik langsung. Parameter ukur kegiatan melalui observasi subyektif untuk menilai pengetahuan responden dalam menyebutkan waktu menyikat gigi yang benar, peningkatan keterampilan responden melakukan teknik menyikat gigi, dan komitmen untuk melakukan praktik di rumah. Evaluasi berdasarkan observasi terhadap pencapaian kegiatan edukasi dan pendampingan disampaikan secara deskriptif.

Hasil: Kegiatan ini membantu siswa memahami waktu, teknik, dan manfaat menyikat gigi dengan lebih mudah. Berdasarkan aspek pengetahuan adalah meningkatkan pengetahuan tentang pengertian gigi yang bersih dan sehat, penyebab sakit pada gigi, dan pencegahannya. Sedangkan berdasarkan aspek manfaat adalah membentuk kesadaran dan kemandirian anak dalam menerapkan kebiasaan baik sejak dini serta meningkatkan fokus anak saat belajar tanpa terganggu rasa sakit pada gigi.

Simpulan: Edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada siswa sekolah dasar merupakan kegiatan promotif dan preventif yang relevan untuk meningkatkan literasi kesehatan gigi dan membentuk kebiasaan sejak dini. Edukasi interaktif, demonstrasi, dan praktik dengan pendampingan yang disertai kuis dapat membantu siswa memahami waktu, teknik, dan manfaat menyikat gigi dengan lebih mudah.

Saran: Program ini diharapkan untuk diintegrasikan dalam kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan diulang secara berkala dengan dukungan guru serta orang tua.

Kata Kunci: Anak; Edukasi kesehatan; Gigi sehat; Karies; Menyikat gigi

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hak asasi manusia yang harus dilindungi dan diperhatikan oleh pemerintah karena kesehatan merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kesejahteraan suatu bangsa selain faktor ekonomi dan sosial. Peningkatan kesehatan merupakan sebagai salah satu upaya pembangunan nasional untuk tercapainya kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap penduduk untuk mewujudkan derajat kesehatan optimal sebagai salah satu unsur kesejahteraan umum dalam tujuan nasional. Tujuan pembangunan kesehatan tersebut adalah terdapatnya kemampuan masyarakat untuk hidup sehat bagi setiap penduduk sehingga perlu upaya untuk meningkatkan akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan yang bermutu baik serta biaya yang terjangkau oleh masyarakat (Mulat, Yuriatson, Asmi, & Rukina, 2023).

Salah satu kesehatan tubuh pada daerah gigi dan mulut merupakan bagian komponen dari unsur kesehatan yang secara umum dan menjadi faktor yang paling penting dalam pertumbuhan dan perkembangan normal anak. Permasalahan pada daerah gigi dan mulut bisa berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak-anak yang berdampak pada kualitas hidup mereka. Hal tersebut tidak boleh dibiarkan, khususnya pada masa pertumbuhan dan perkembangan anak, karena merupakan faktor pendukung yang paling utama untuk memenuhi asupan gizi. Gigi dan mulut adalah salah satu bagian dari tubuh yang merupakan masuknya makanan dan minuman ke dalam tubuh yang bisa menentukan sejumlah asupan gizi. Proses penyerapan nutrisi yang masuk ke dalam tubuh dapat menyebabkan kondisi kesehatan yang buruk jika gigi seseorang tidak sehat. (Wijayanti, 2023)

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i4.3640>

Senyum ceria tanpa karies melalui edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada anak

Kesehatan tidak hanya mencakup ketiadaan penyakit atau kelemahan, tetapi juga mencakup keadaan fisik, mental, dan sosial yang komprehensif. Kesehatan tubuh memiliki peran signifikan dalam menjalani kegiatan sehari-hari, baik dari aspek fisik maupun psikis. Salah satu aspek penting dari kesehatan tubuh adalah fungsi estetik, yang dapat memengaruhi aktivitas harian seseorang. Permasalahan kesehatan gigi dan mulut, seperti penyakit karies gigi, masih menjadi masalah yang sering menyerang masyarakat mulai dari usia dini hingga dewasa. (Supriatna, Widyastuti, Wahyudadi, & Rahmah, 2024).

Berdasarkan data seluruh dunia prosentase yang menderita kerusakan gigi sebanyak 60-90% anak usia sekolah dan 100% orang dewasa. Angka prevalensi permasalahan gigi akan meningkat dengan bertambahnya usia seseorang. Angka kejadian karies pada gigi tetap sebanyak 20% terjadi pada anak usia 6 tahun dan 60% pada saat usia 8 tahun. Berdasarkan data Survei Kesehatan Gigi tahun 2023, sebanyak 43.6% masyarakat Indonesia menghadapi masalah kesehatan gigi yaitu berlubang, dengan prevalensi pada kelompok umur 5-9 tahun, yakni mencapai 49.9%. Meskipun demikian, hanya 62.6% dari total penduduk yang menerima perawatan dari tenaga ahli kesehatan gigi dan mulut (World Health Organization, 2022).

Konteks Indonesia menunjukkan bahwa perilaku menyikat gigi harian belum otomatis mencerminkan praktik yang benar. Data SKI 2023 memperlihatkan proporsi penduduk yang menyikat gigi setiap hari meningkat menjadi 95.6%, tetapi kebiasaan menyikat gigi pada waktu yang benar, yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, baru mencapai 6.2%. Fakta ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebiasaan melakukan sikat gigi dan kemampuan melakukan sikat gigi secara benar. Pada anak sekolah dasar, kesenjangan tersebut dapat muncul karena anak belum memahami waktu, durasi, arah gerakan, jumlah pasta gigi, dan urutan menyikat seluruh permukaan gigi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Kemampuan menjaga kebersihan gigi yang kurang dan faktor makanan pada anak-anak mengakibatkan terjadinya kerusakan gigi. Kesehatan gigi dan mulut mempengaruhi proses perkembangan dan pembelajaran anak, masalah yang timbul seperti; daya serap terhadap informasi dan stimulus lingkungan berkurang saat sakit gigi, bau mulut tak sedap mengakibatkan anak diolok-olok oleh kelompok bermain. Proses pembelajaran anak bisa terhambat hanya karena masalah kesehatan gigi, karena masalah gigi membuat anak kehilangan percaya diri, sekaligus kehilangan konsentrasi. Gigi sehat juga meningkatkan kemampuan berbahasa anak, karena keterlibatan gigi dalam pengucapan huruf-huruf sehingga memudahkan ucapan anak. Mengoptimalkan tumbuh kembang anak diperlukan kondisi yang mendukung tumbuh kembangnya (Taufiq, Agustina, Fauzi, & Yusnidaryani, 2025).

Kesehatan gigi dan mulut merupakan aspek esensial dari kesehatan umum yang sering kali kurang mendapat perhatian, padahal memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup, terutama pada anak-anak usia sekolah dasar. Kebiasaan buruk dalam perawatan kesehatan gigi, seperti tidak menyikat gigi secara teratur atau melakukannya dengan cara yang tidak benar, dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk gigi berlubang dan infeksi gusi. Pendidikan kesehatan gigi di sekolah dasar memainkan peran penting dalam membentuk kebiasaan sehat sejak dini. Program pendidikan kesehatan yang menggabungkan elemen praktis dan simulasi langsung dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih mendalam dan meningkatkan pemahaman serta keterampilan siswa dalam merawat kesehatan gigi mereka (Rosidah, Febriansyah, Ajjah, Astutik, & Mu'alifah, 2024). Sedangkan sikat gigi dengan baik dan benar merupakan program nasional dari Kementerian Kesehatan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut, mencegah kerusakan gigi, serta mencegah bau mulut tidak sedap (Shabrina, Susanti, Bakti, Yahya, Nugrazena, Indreswari, & Putri, 2025).

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i4.3640>

Senyum ceria tanpa karies melalui edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada anak

Pengetahuan merupakan domain yang penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan dapat diperoleh secara alami maupun secara terencana melalui pendidikan. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tingkat pendidikan, ekonomi, sosial, lingkungan dan kehadiran sarana pelayanan. Tingkat pengetahuan menggambarkan tingkat kemampuan seseorang dalam memperoleh dan memahami informasi kesehatan. Mendorong anak supaya mau menyikat gigi, ada beberapa cara yaitu teknik *modeling* dan *reinforcement*. *Modeling* adalah teknik yang digunakan oleh ahli psikologi dalam menghilangkan rasa takut. Orang tua atau lebih baik anak lain diminta untuk bertindak sebagai model dan diharapkan tingkah laku yang kooperatif dari model akan ditiru oleh anak. *Modeling* merupakan cara pendekatan yang sangat praktis, mudah dilakukan, serta efektif mempersingkat waktu dalam perubahan perilaku anak. Kemudian untuk menguatkan perilaku baik tadi, maka diberikan penguatan (*reinforcement*) seperti pujian, memberikan perhatian dan hadiah, sehingga apa yang dipelajari tadi dikuatkan. Selain orang tua, guru merupakan orang yang tepat untuk dijadikan model karena dihormati dan ditiru serta guru dapat memberikan penguatan atas perilaku Murid melalui pujian maupun reward (Sukarsih, Silfia, & Asio, 2022).

Sekolah berfungsi sebagai sistem pendukung keluarga dalam memenuhi kebutuhan masa depan anak, termasuk layanan kesehatan. Namun persentase anak usia sekolah di suatu komunitas cukup tinggi, berkisar antara 20% hingga 30%. Untuk itu promosi pendidikan kesehatan atau *health education* di sekolah sangatlah penting. Jumlah anak terbanyak, atau sekitar 73 juta jiwa, merupakan 30% dari seluruh warga negara Indonesia dan pegawai sekolah. Hal ini merupakan peluang untuk menetapkan prinsip-prinsip hidup sehat dan berkelanjutan yang dapat dipromosikan di lingkungan sekolah, komunitas, dan masyarakat umum. Kesejahteraan masyarakat salah satunya ditandai dengan kondisi kesehatan yang baik, di mana seluruh lapisan masyarakat memiliki hak untuk hidup sehat melalui sistem kesehatan yang melindungi mereka dari berbagai ancaman terhadap kesehatan.

Sistem ini juga harus menyediakan pelayanan kesehatan yang berkualitas, terjangkau, dan merata. Upaya menjaga kesehatan idealnya dimulai sejak usia dini, seperti saat anak berada di bangku sekolah dasar. Siswa di tingkat sekolah dasar perlu diajarkan pentingnya menjaga kesehatan dengan memberikan contoh perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan dan menggosok gigi secara benar (Sari, Octaviana, Fabiola, Karminingtyas, Roni, & Pratiwi, 2024).

Anak merupakan kelompok umur yang rentan terhadap penyakit. Anak yang memiliki masalah kesehatan gigi dan mulutnya dapat mengganggu kualitas hidupnya, padahal anak merupakan aset bangsa untuk pembangunan di masa yang akan datang. Pada usia anak sekolah dasar diperlukan intervensi edukasi untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut secara berkala. Edukasi dapat dilakukan dalam bentuk penyuluhan, pemeriksaan dan perawatan kesehatan gigi mulut, oleh orang tua, sekolah dan instansi pemerintah terkait. Perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut sebaiknya dilakukan sejak usia dini, masa yang paling tepat untuk menanamkan nilai-nilai guna membentuk perilaku positif dan menumbuhkan kesadaran kebiasaan yang baik adalah masa usia sekolah. Usia sekolah dasar merupakan saat yang ideal untuk melatih kemampuan motorik seorang anak, termasuk diantaranya menyikat gigi. Selain itu masa usia sekolah sudah menampakkan kepekaan untuk belajar sesuai dengan sifat ingin tahu anak (Herawati, Sari, Santoso, Putra, Sitorus, & Setiawaty, 2022).

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 17 April 2026 di SDN 270 Lebani Desa Lebani Kecamatan Belopa Utara Kabupaten Luwu. Sasaran kegiatan ini adalah memberikan pengetahuan dan bimbingan langsung dalam menjaga kesehatan gigi dengan melakukan perawatan menggosok gigi yang benar. Melibatkan sebanyak 170 siswa kelas I sampai VI untuk menjadi responden. Kegiatan penyuluhan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif, demonstrasi, dan pendampingan praktik langsung.

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i4.3640>

Senyum ceria tanpa karies melalui edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada anak

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan melalui ceramah dan peragaan dengan bahasa sederhana seperti kebiasaan jajan manis, lupa menyikat gigi sebelum tidur, serta cara memilih sikat gigi yang sesuai. Penyampaian materi dibantu menggunakan media poster, leaflet, slide/gambar langkah menyikat gigi, phantom atau model gigi, sikat gigi, pasta gigi berfluoride, dan gelas kumur. Materi yang disampaikan meliputi tentang fungsi gigi, penyebab plak, risiko karies, manfaat menyikat gigi, waktu menyikat gigi yang benar, dan pentingnya memeriksakan gigi secara berkala. Demonstrasi dan simulasi dilakukan setelah kegiatan penyampaian materi dengan memberikan pendampingan dan petunjuk langsung teknik menyikat gigi menggunakan model gigi. Parameter ukur kegiatan melalui observasi subyektif untuk menilai pengetahuan responden dalam menyebutkan waktu menyikat gigi yang benar, peningkatan keterampilan responden melakukan teknik menyikat gigi, dan komitmen untuk melakukan praktik di rumah. Evaluasi berdasarkan observasi terhadap pencapaian kegiatan edukasi dan pendampingan disampaikan secara deskriptif.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan

HASIL

Tabel 1. Deskripsi pencapaian kegiatan

Variabel	Pencapaian
Aspek pengetahuan	• Pengertian gigi yang bersih dan sehat. • Penyebab sakit pada gigi. • Teknik membersihkan gigi yang baik dan benar. • Waktu yang baik untuk menyikat gigi. • Jenis makanan dan minuman yang dapat merusak gigi. • Memilih sikat gigi dan pasta gigi yang tepat sesuai usia.
Aspek manfaat	• Membentuk kesadaran dan kemandirian anak dalam menerapkan kebiasaan baik sejak dini. • Pencegahan dan menghindari kerusakan email, penyakit gusi, dan bau mulut. • Menurunkan risiko gigi berlubang (karies) pada anak. • Menumbuhkan rasa percaya diri dengan gigi yang bersih dan sehat. • Meningkatkan fokus anak saat belajar tanpa terganggu rasa sakit pada gigi.

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i4.3640>

PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi dirancang untuk menghasilkan perubahan pada tiga aspek utama, yaitu pengetahuan, keterampilan, dan komitmen kebiasaan. Sebagian siswa biasanya sudah mengetahui bahwa menyikat gigi penting, tetapi belum mampu menjelaskan waktu yang benar, urutan menyikat seluruh permukaan gigi, atau durasi yang dianjurkan. Setelah edukasi dan praktik dengan pendampingan, siswa diharapkan lebih mampu menjawab pertanyaan dasar dan memperagakan teknik menyikat gigi dengan urutan yang lebih lengkap.

Selama sesi edukasi, fasilitator perlu menggunakan bahasa yang ringan dan contoh konkret. Misalnya, plak dijelaskan sebagai lapisan lengket yang menempel pada gigi setelah makan dan dapat menjadi tempat berkembangnya kuman. Karies dijelaskan sebagai gigi berlubang yang dapat menimbulkan nyeri bila sisa makanan dan kuman tidak dibersihkan (Pertiwi, Ramadhani, & Suherman, 2025; Rusnoto, Romantis, Purnomo, & Jauhar, 2023). Penjelasan sederhana seperti ini membantu siswa menghubungkan materi dengan pengalaman sehari-hari.

Sesi demonstrasi menjadi inti kegiatan karena siswa dapat melihat langsung arah gerakan sikat dan permukaan gigi yang harus dibersihkan. Demonstrasi sebaiknya dilakukan perlahan, kemudian diulang oleh beberapa siswa secara bergantian. Fasilitator memberikan koreksi seperti mengurangi tekanan sikat, memperbaiki posisi sikat, dan mengingatkan area yang sering terlewat.

Berdasarkan pengamatan saat praktik dengan pendampingan, indikator keterampilan yang sering membutuhkan koreksi adalah tekanan menyikat yang terlalu keras, gerakan horizontal yang terlalu cepat, lupa membersihkan bagian dalam gigi depan, dan durasi menyikat yang terlalu singkat. Kondisi ini menunjukkan bahwa penyuluhan lisan saja tidak cukup. Anak membutuhkan demonstrasi visual, kesempatan mencoba, dan umpan balik langsung agar keterampilan motorik menyikat gigi menjadi lebih tepat (Tamara, 2023). Hasil dari kegiatan ini adalah membantu siswa memahami waktu, teknik, dan manfaat menyikat gigi dengan lebih mudah.

Program yang disertai praktik, permainan, dan media visual juga lebih sesuai dengan karakteristik belajar anak sekolah dasar karena anak dapat melihat contoh, menirukan gerakan, dan menerima penguatan positif dari fasilitator. Edukasi berbasis sekolah terbukti efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan gigi anak (Bramantoro, Santoso, Hariyani, Setyowati, Zulfiana, Nor, & Irmalia, 2021). Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan siswa dalam menyikat gigi dengan benar, baik dari segi teknik, waktu, maupun kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan mulut. Respons siswa yang antusias, keterlibatan guru sebagai pendamping, serta dukungan dari Puskesmas menunjukkan bahwa kegiatan ini berdampak luas tidak hanya secara individu, tetapi juga pada lingkungan sekolah dan keluarga (Handayani, Sanuddin, & Zamli, 2025; Febriya, Putri, Azza, Nakulo, Apriansyah, Himawati, & Claudia, 2025; Jihan, Kamalia, Ridhani, Syah, Fatmawati, Aprilina, & Andika, 2024). Kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif yang terstruktur dan berbasis praktik mampu membentuk kebiasaan sehat sejak usia dini, serta menjadi model kolaborasi yang dapat direplikasi di sekolah lain.

Kegiatan pengabdian ini memiliki nilai praktis karena dapat dilakukan dengan alat sederhana dan biaya relatif rendah. Model gigi, sikat gigi, dan poster dapat digunakan berulang oleh guru atau kader UKS/UKGS. Pendekatan pengulangan ini penting karena perubahan perilaku kesehatan membutuhkan latihan konsisten, dukungan keluarga, dan lingkungan sekolah yang mendorong praktik sehat.

Keterlibatan guru dan orang tua menjadi faktor pendukung utama. Guru dapat mengulang pesan kunci pada kegiatan UKS, apel pagi, atau pembelajaran tematik. Orang tua dapat mengawasi anak saat menyikat gigi sebelum tidur dan memastikan ketersediaan sikat serta pasta gigi (Nirwana, 2025; Sari, 2025). Dengan demikian, keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh penyuluhan satu kali, tetapi juga oleh ekosistem dukungan di rumah dan sekolah.

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i4.3640>

Senyum ceria tanpa karies melalui edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada anak

Tindak lanjut kegiatan dilakukan melalui penguatan pesan kunci di kelas. Guru kelas dapat memilih satu waktu singkat setiap minggu untuk mengingatkan kembali dua pesan utama, yaitu menyikat gigi pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Jika sekolah memiliki program UKS/UKGS, materi ini dapat dimasukkan ke agenda rutin pemeriksaan kebersihan diri, kampanye bekal sehat, dan edukasi jajanan rendah gula.

Pada anak usia sekolah dasar, keberhasilan menyikat gigi sebelum tidur sering bergantung pada pengawasan di rumah. Oleh karena itu, pesan kepada orang tua sebaiknya tidak terlalu panjang, tetapi jelas: sediakan sikat gigi, dampingi anak sebelum tidur, dan beri pujian jika anak melakukan kebiasaan dengan benar.

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 (Jauharuddin, Murad, Sartika, Sundu, & Soumena, 2024).

Hambatan yang mungkin muncul adalah keterbatasan waktu pembelajaran, jumlah siswa yang banyak, ketersediaan alat peraga, serta perbedaan kemampuan siswa dalam memahami instruksi. Solusi yang dapat dilakukan adalah membagi siswa ke dalam kelompok kecil, menyiapkan gambar langkah-langkah menyikat gigi, menggunakan lagu pendek agar anak mengingat durasi, dan melibatkan guru untuk membantu mengawasi praktik.

Implikasi kegiatan ini adalah perlunya mengintegrasikan edukasi menyikat gigi ke dalam promosi kesehatan sekolah, bukan hanya sebagai kegiatan seremonial. Materi dapat disesuaikan dengan usia siswa. Siswa kelas rendah lebih cocok dengan gambar, lagu, cerita, dan demonstrasi. Siswa kelas tinggi dapat diberi penjelasan lebih lengkap tentang plak, karies, makanan manis, dan peran fluoride.

Media edukasi perlu disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa. Untuk kelas rendah, media gambar, lagu pendek, dan video animasi akan lebih mudah menarik perhatian. Untuk kelas tinggi, materi dapat ditambah dengan penjelasan tentang plak, karies, makanan karsinogenik, dan cara membaca informasi pada kemasan pasta gigi. Penggunaan media yang menarik tidak menggantikan demonstrasi, tetapi membantu siswa mengingat pesan kunci setelah kegiatan selesai (Arini, 2023). Selain media untuk siswa, perlu disiapkan media singkat untuk guru dan orang tua. Media untuk guru dapat berupa lembar panduan kegiatan UKS/UKGS, sedangkan media untuk orang tua dapat berupa kartu pengingat waktu menyikat gigi. Dengan adanya media untuk tiga sasaran tersebut, pesan edukasi tidak berhenti pada siswa, tetapi diperkuat oleh lingkungan sekolah dan keluarga.

Program ini dapat di replikasi di sekolah dasar lain dengan menyesuaikan jumlah fasilitator, usia siswa, dan ketersediaan alat. Pada kelas dengan jumlah siswa besar, praktik sebaiknya dilakukan per kelompok agar fasilitator dapat mengamati gerakan siswa secara lebih teliti. Pada sekolah yang belum memiliki phantom gigi, fasilitator dapat menggunakan poster besar atau gambar mulut sebagai alat bantu demonstrasi awal. Replikasi program sebaiknya tidak hanya menargetkan peningkatan pengetahuan, tetapi juga membangun kebiasaan. Oleh karena itu, indikator keberhasilan dapat diperluas menjadi tiga tahap, yaitu indikator segera setelah edukasi, indikator setelah 21 hari, dan indikator evaluasi ulang satu bulan. Evaluasi berjenjang akan memberikan gambaran apakah siswa hanya memahami materi pada hari kegiatan atau benar-benar mulai membentuk perilaku menyikat gigi yang konsisten.

Sebagai upaya kelengkapan edukasi dan keberlanjutan program sebaiknya kegiatan dilengkapi dengan data pemeriksaan debris index atau plaque index, karena data klinis dapat memperkuat informasi pembahasan tentang kesehatan dan kebersihan gigi. Sehingga dukungan evaluasi terhadap hasil observasi dan kartu kontrol menjadi lebih presentatif untuk kegiatan pengabdian masyarakat.

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i4.3640>

SIMPULAN

Edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada siswa sekolah dasar merupakan kegiatan promotif dan preventif yang relevan untuk meningkatkan literasi kesehatan gigi dan membentuk kebiasaan sejak dini. Edukasi interaktif, demonstrasi, dan praktik dengan pendampingan yang disertai kuis dapat membantu siswa memahami waktu, teknik, dan manfaat menyikat gigi dengan lebih mudah.

SARAN

Program ini diharapkan untuk diintegrasikan dalam kegiatan ekstrakurikuler sekolah dan diulang secara berkala dengan dukungan guru serta orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

Arini, A. C. (2023). Pengaruh Penyuluhan Media Animasi Kartun Terhadap Sikap Anak Untuk Menerima Perawatan Karies Pada Kelas Iii Sdn 2 Rajabasa Jaya Tahun 2023 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang).

Bramantoro, T., Santoso, C. M. A., Hariyani, N., Setyowati, D., Zulfiana, A. A., Nor, N. A. M., & Irmalia, W. R. (2021). Effectiveness of the school-based oral health promotion programmes from preschool to high school: A systematic review. *PloS one*, 16(8), e0256007.

Febriya, D., Putri, N. K., Azza, H. S., Nakulo, B., Apriansyah, R., Himawati, I. P., & Claudia, R. (2025). Penguatan Kesadaran Mengenai Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak TK Aisyiyah Kota Bengkulu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(10), 5238-5243.

Handayani, A., Sanuddin, S., & Zamli, Z. (2025). Edukasi dan Pelatihan Cara Sikat Gigi Yang Tepat Untuk Anak Sekolah di SDN 101 Salu Simbuang Walenrang Barat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(6), 2691-2697.

Herawati, A., Sari, A., Santoso, D., Putra, F. B. A., Sitorus, G. G., & Setiawaty, S. (2022). Edukasi Kesehatan Gigi dan Mulut melalui Media Pembelajaran Berbasis Interaktif pada Siswa SDN Mekarjaya 11 Kota Depok Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(4), 111-118.

Jauharuddin, A., Murad, F. N., Sartika, D., Sundu, S., & Soumena, R. (2024). Peningkatan Kebersihan Gigi dan Mulut Melalui Edukasi Frekuensi Menyikat Gigi pada Siswa Sekolah Dasar. *Panggung Kebaikan: Jurnal Pengabdian Sosial*, 1(1), 37-41.

Jihan, J., Kamalia, N., Ridhani, M. D., Syah, D. S., Fatmawati, L., Aprilina, L. V., & Andika, A. (2024). Edukasi Cara Sikat Gigi Yang Benar Pada Anak Di Panti Asuhan Ar-Risalah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(6), 2193-2201.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. BKKP. Diakses dari: <https://kemkes.go.id/id/survei-kesehatan-indonesia-ski-2023>

Mulat, T. C., Yuriatson, Y., Asmi, A. S., & Rukina, R. (2023). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa sekolah dasar. *Abdimas Polsaka*, 2(1), 43-47.

Nirwana, A. N. B. (2025). Hubungan Peran Orang Tua Terhadap Perilaku Menyikat Gigi Anak Kelas Iii Sekolah Dasar Negeri 1 Totokaton Lampung Tengah (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang).

Oktaviani, E., Feri, J., Aprilyadi, N., Zuraidah, Z., Susmini, S., & Ridawati, I. D. (2022). Edukasi kesehatan Gerogi (Gerakan Gosok Gigi) untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut anak pra sekolah. *Journal of Character Education Society*, 5(2), 363-371.

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i4.3640>

Senyum ceria tanpa karies melalui edukasi menyikat gigi yang baik dan benar pada anak

- Pertiwi, M. S., Ramadhani, D. W., & Suherman, H. (2025). Dental Caries in Children and The Role of Parents in its Prevention. *Interdental Jurnal Kedokteran Gigi (IJKG)*, 21(3), 503-508.
- Rosidah, I., Febriansyah, G., Ajjah, A., Astutik, W. L., & Mu'alifah, D. (2024). Sosialisasi dan Edukasi Menyikat Gigi bagi Siswa Kelas 1 SDN Karanganyar Kota Pasuruan. *Jurnal Kemitraan Masyarakat*, 1(3), 142-149.
- Rusnoto, R., Romantis, C. B., Purnomo, M., & Jauhar, M. (2023). Perilaku menyikat gigi dan konsumsi makanan kariogenik pemicu karies gigi pada anak. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(2), 518-527.
- Sari, A. D. L., Octaviana, A. S., Fabiola, N., Karminingtyas, S. R., Roni, A., & Pratiwi, N. D. (2024). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan menggosok gigi dan mencuci tangan. *Kreasi: Jurnal Inovasi dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(3), 248-254.
- Sari, I. (2025). Gambaran Kepedulian Orangtua Murid Kelas 1 Sdn 2 Hajimena Dalam Membawa Anaknya Ke Poli Gigi Tahun 2025 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang).
- Shabrina, A., Susanti, W., Bakti, A. A. S., Yahya, H. N., Nugrazena, P. S., Indreswari, A. M., & Putri, S. N. R. (2025). Edukasi Dini Cuci Tangan Dan Sikat Gigi Pada Siswa Usia Sekolah Dasar Di Boyolali. *Journal of Health Sciences Leksia (JHSL)*, 3(1), 1-10.
- Sukarsih, S., Silfia, A., & Asio, A. (2022). Edukasi Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Murid Sekolah Dasar. *Jurnal BINAKES*, 2(2), 60-69.
- Supriatna, A., Widyastuti, N., Wahyudadi, B. S., & Rahmah, N. A. (2024). Penggunaan Video Edukasi Menyikat Gigi terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Media Kesehatan Gigi: Politeknik Kesehatan Makassar*, 23(1), 10-15.
- Tamara, D. (2023). Tingkat Keberhasilan Penyuluhan Metode Ceramah Dan Video Animasi Terhadap Kebersihan Gigi Dan Mulut Murid Kelas 3 Sdn 3 Langkapura Tahun 2023 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang).
- Taufiq, S., Agustina, F., Fauzi, M. J., & Yusnidaryani, Y. (2025). Edukasi, Simulasi dan Demonstrasi Cuci Tangan Pakai Sabun dan Menyikat Gigi pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 7(1), 01-08.
- Wijayanti, H. N. (2023). Edukasi kesehatan gigi dan mulut dalam upaya meningkatkan kesehatan gigi pada anak sekolah dasar. *Room of Civil Society Development*, 2(4), 153-160.
- World Health Organization. (2022). Global Status Report on Oral Health 2022. Diakses dari: <https://www.who.int/team/noncommunicable-diseases/global-status-report-on-oral-health-2022>

Rezki Dirman*, Utari Zulkaidah, Roni, Lili Rahmadani

ITKes Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Rezki Dirman.*Email: rezkisudirman@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i4.3640>