



## **PENGEMBANGAN STRATEGI PROMOSI KESEHATAN GIGI SEHAT, SENYUM PERCAYA DIRI : CARA MUDAH MERAWAT KESEHATAN GIGI SEJAK DINI**

**Dian Utama Pratiwi Putri\*, William Arisandi, Bilkis Prasetya, Andre Laksamana Gozi**

Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia, Jl. ZA. Pagar Alam No.7, Gedong Meneng, Bandar Lampung,  
Lampung 40115, Indonesia

\*[dian@umitra.ac.id](mailto:dian@umitra.ac.id)

### **ABSTRAK**

Masalah kesehatan gigi dan mulut, khususnya karies gigi, masih menjadi salah satu isu utama dalam bidang kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) dan Persatuan Dokter Gigi Indonesia (PDGI), mayoritas anak-anak mengalami karies akibat rendahnya tingkat pengetahuan serta kurangnya praktik merawat gigi yang benar sejak usia dini. Anak-anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap gangguan kesehatan gigi karena masih memerlukan pendampingan dan pembiasaan dari orang dewasa, baik guru maupun orang tua. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di SDN 01 Kebon Jeruk, Bandar Lampung, dengan melibatkan 30 siswa kelas IV sebagai peserta. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi tentang cara mudah merawat kesehatan gigi sejak dini, melalui pendekatan edukatif berupa ceramah interaktif, tanya jawab, serta pre-test dan post-test guna mengukur peningkatan pemahaman siswa. Materi yang disampaikan meliputi pentingnya menyikat gigi dengan teknik yang benar, waktu menyikat gigi yang ideal, serta pemilihan sikat dan pasta gigi yang sesuai. Hasil penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan siswa yang signifikan setelah kegiatan dilakukan. Selain itu, siswa juga menunjukkan respons aktif dan minat yang tinggi dalam mengikuti kegiatan edukatif ini. Edukasi kesehatan gigi yang diberikan melalui pendekatan sederhana dan menyenangkan terbukti efektif dan penting sebagai fondasi pembentukan kebiasaan menjaga kebersihan gigi dan mulut sejak dini.

Kata kunci: anak-anak; edukasi; karies; kesehatan gigi; penyuluhan

### ***DEVELOPMENT OF PROMOTION STRATEGY FOR HEALTHY TEETH, CONFIDENT SMILE: EASY WAYS TO MAINTAIN DENTAL HEALTH FROM AN EARLY AGE***

#### ***ABSTRACT***

*Dental and Oral Health Issues, particularly Dental Caries, remain one of the main public health concerns in Indonesia. According to data from the World Health Organization (WHO) and the Indonesian Dental Association (PDGI), the majority of children experience caries due to low levels of knowledge and lack of proper dental care practices from an early age. Elementary school-aged children are a highly vulnerable group to dental health problems because they still require guidance and habit formation from adults, including both teachers and parents. This educational activity was carried out at SDN 01 Kebon Jeruk, Bandar Lampung, involving 30 fourth-grade students as participants. The main goal of this activity was to provide education on easy ways to maintain dental health from an early age through an educational approach consisting of interactive lectures, Q&A sessions, and pre-tests and post-tests to measure students' increased understanding. The materials presented included the importance of brushing teeth with the correct technique, the ideal time to brush, and the selection of appropriate toothbrushes and toothpaste. The results of the outreach showed a significant increase in students' knowledge scores after the activity. In addition, students demonstrated active participation and high interest in this educational event. Dental*

*health education delivered through a simple and enjoyable approach proved to be effective and essential as a foundation for instilling the habit of maintaining oral hygiene from an early age.*

*Keywords: children; caries; education; dental health; outreach*

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan gigi dan mulut adalah bagian penting dari kesehatan umum yang sering diabaikan, terutama pada anak usia sekolah dasar. Karies gigi menjadi masalah utama yang berdampak pada aktivitas belajar, makan, dan kenyamanan anak. WHO (2012) mencatat 60–90% anak sekolah di dunia mengalami karies, dan di Indonesia sekitar 89% anak menderita karies gigi (Adam & Ratuela, 2022). Anak-anak rentan mengalami masalah gigi karena kebiasaan menyikat gigi yang tidak tepat, konsumsi makanan manis, dan kurangnya edukasi sejak dini. Padahal, menyikat gigi dengan cara dan waktu yang benar sangat penting dikenalkan sejak kecil. Riskesdas 2013 menyebutkan hanya 2,3% masyarakat Indonesia yang menyikat gigi dengan benar, meski 93,8% melakukannya setiap hari.

Anak usia dini cenderung memiliki kebiasaan kurang baik yang berdampak pada kesehatan gigi. Kehilangan gigi karena karies dapat mengganggu fungsi mengunyah, rasa percaya diri, dan interaksi sosial. Gigi sulung yang rusak juga bisa memengaruhi pertumbuhan gigi tetap karena berperan penting dalam fungsi pengunyahan, estetika, bicara, dan penuntun erupsi gigi permanen (Maharan, 2023). Edukasi kesehatan gigi sejak dini penting dilakukan, melibatkan peran keluarga dan guru. Guru yang memahami kesehatan gigi dapat lebih efektif menanamkan kebiasaan baik kepada siswa (Ikenasya dkk., 2017). Dengan latar belakang itu, penyuluhan kesehatan gigi dilaksanakan di SDN 01 Kebon Jeruk, Bandar Lampung, untuk siswa kelas IV. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak tentang perawatan gigi melalui pendekatan yang menarik dan edukatif. Artikel ini membahas pelaksanaan dan dampak kegiatan terhadap pemahaman siswa.

## **METODE**

Penelitian ini adalah studi deskriptif kualitatif dengan pendekatan edukatif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa tentang perawatan gigi sejak dini. Subjek penelitian terdiri dari 30 siswa kelas IV SDN 01 Kebon Jeruk, Bandar Lampung. Kegiatan dilakukan melalui penyuluhan menggunakan media pembelajaran dan alat bantu edukatif. Penyuluhan berlangsung pada 20 November 2024 di ruang kelas dengan metode ceramah, diskusi interaktif, dan demonstrasi menyikat gigi yang benar. Data dikumpulkan melalui observasi partisipasi siswa, pre-test dan post-test berisi 10 soal benar/salah, serta dokumentasi berupa absensi, foto, dan catatan kegiatan. Analisis dilakukan secara deskriptif untuk melihat peningkatan skor pre-test dan post-test, serta mengevaluasi pemahaman siswa melalui hasil observasi selama kegiatan berlangsung.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut dilaksanakan pada hari Rabu, 20 November 2024 pukul 09.40 WIB sampai selesai, bertempat di ruang kelas SDN 01 Kebon Jeruk, Bandar Lampung. Kegiatan dihadiri oleh 30 siswa kelas IV, didampingi oleh guru kelas, guru penanggung jawab UKS, serta Kepala Sekolah bagian Kesiswaan. Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat bertindak sebagai pemateri dan pelaksana kegiatan. Penyuluhan diawali dengan pelaksanaan pre-test yang terdiri dari 10 soal pilihan benar/salah. Setiap soal bernilai 10 poin, sehingga skor maksimal adalah 100. Pre-test digunakan untuk mengukur pengetahuan awal siswa. Setelah itu,

dilakukan penyampaian materi berupa ceramah interaktif, demonstrasi sikat gigi yang benar, serta tanya jawab. Materi yang disampaikan mencakup:

1. Pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut
2. Cara menyikat gigi yang benar
3. Waktu ideal menyikat gigi (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur)
4. Pemilihan sikat dan pasta gigi yang sesuai

Setelah sesi penyuluhan selesai, dilakukan post-test dengan soal yang sama untuk mengetahui peningkatan pemahaman siswa setelah menerima edukasi.

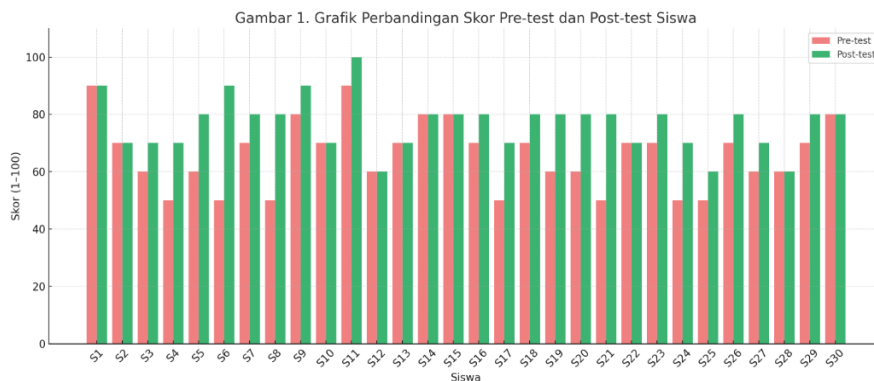
### Hasil Pre-test dan Post-test

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada rata-rata skor siswa setelah mengikuti penyuluhan. Berdasarkan hasil pengolahan nilai dari **30 siswa**, diperoleh:

1. Rata-rata skor pre-test sebesar 65,67 dengan simpangan baku (SD) sebesar 11,94
2. Rata-rata skor post-test sebesar 76,67 dengan simpangan baku (SD) sebesar 9,22

Tabel 1.  
Distribusi skor pre-test dan post-test siswa SDN 01 Kebon Jeruk (n=30)

Variabel	Mean	SD	Min-Mak	95% CI
Skor Pre-test	65,67	11,94	50–90	61,21 – 70,13
Skor Post-test	76,67	9,22	60–100	73,22 – 80,11



Gambar 1. Grafik Perbandingan Skor Pre-test dan Post-test

Tabel dan grafik di atas menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang nyata. Rentang kepercayaan 95% dari skor post-test (73,22 – 80,11) tidak tumpang tindih dengan rentang skor pre-test (61,21 – 70,13), yang mengindikasikan peningkatan signifikan secara statistik, meskipun dalam penelitian ini tidak dilakukan uji t.

### Peningkatan Pemahaman Siswa

Materi disampaikan dengan bahasa yang sederhana, visual menarik, serta demonstrasi praktik menyikat gigi. Penyampaian materi dilakukan oleh mahasiswa secara bergantian dan interaktif. Setelah kegiatan, banyak siswa yang dapat menjelaskan kembali isi materi dengan menggunakan bahasa mereka sendiri. Hal ini menunjukkan adanya pemahaman yang baik. Beberapa siswa yang sebelumnya menjawab hanya 3–4 soal benar (30–40 poin) saat pre-test, meningkat menjadi 8–10 soal benar (80–100 poin) saat post-test.

### **Keaktifan dan Respons Peserta**

Siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan. Mereka aktif dalam sesi diskusi, menjawab pertanyaan dengan percaya diri, serta mengikuti simulasi menyikat gigi dengan baik. Para guru juga mengapresiasi metode yang digunakan karena mampu melibatkan siswa secara langsung dan menyenangkan. Aktivitas ini tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga membangun kesadaran melalui pengalaman langsung.

### **Dampak Kegiatan terhadap Perilaku Sehari-hari**

Meskipun kegiatan ini belum dapat mengukur dampak jangka panjang, hasil dari diskusi dan wawancara singkat menunjukkan bahwa banyak siswa bertekad untuk menyikat gigi dua kali sehari, sesuai dengan waktu yang dianjurkan. Siswa juga mulai memahami bahwa menyikat gigi sebelum tidur sangat penting untuk mencegah bakteri berkembang dalam mulut. Ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan telah memberikan pengaruh terhadap niat dan kesadaran perilaku siswa.

### **Peran Guru dan Lingkungan Sekolah**

Kehadiran dan keterlibatan guru selama kegiatan sangat membantu menciptakan suasana yang kondusif. Guru dan pihak sekolah menyatakan kesiapan untuk mendukung kelanjutan program semacam ini. Beberapa guru bahkan menyatakan rencana untuk menjadwalkan kegiatan rutin edukasi kesehatan di kelas. Ini menunjukkan adanya komitmen dari lingkungan sekolah dalam membentuk kebiasaan hidup sehat di kalangan siswa.



Gambar 2. Sesi foto bersama oleh guru beserta siswa-siswi SDN 01 Kebon Jeruk, Bandar Lampung



Gambar 3. Sesi Pemberian Doorprize



Gambar 4. Pemberian plakat kepada perwakilan guru SDN 01 Kebon Jeruk, Bandar Lampung

## **SIMPULAN**

Penyuluhan “Cara Mudah Merawat Kesehatan Gigi Sejak Dini” di SDN 01 Kebon Jeruk, Bandar Lampung, berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan signifikan, dengan skor post-test lebih tinggi. Siswa menjadi lebih paham tentang cara menyikat gigi yang benar, memilih sikat gigi yang tepat, dan waktu ideal menyikat gigi. Keaktifan mereka selama kegiatan menunjukkan metode penyuluhan cukup efektif, ditambah dukungan guru yang membuka peluang keberlanjutan program edukasi ini. Penyuluhan rutin dan terstruktur perlu dijalankan sebagai bagian dari promosi kesehatan sekolah, agar kebiasaan baik terbentuk sejak dini sehingga menurunkan risiko karies dan meningkatkan kualitas hidup anak di masa depan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adam, A. & Ratuela. (2022). Laporan Kesehatan Gigi Anak Indonesia. Jakarta: PDGI. Depkes. (2007). Profil Kesehatan Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Maharan, Amara Kanya, et al. "Edukasi dan pemeriksaan kesehatan gigi anak usia dini di dusun Gayasan kecamatan Jenggawah kabupaten Jember." *Dental Agromedis* 1.1 (2023): 8-15.
- Farida, Y., Isnanto, & Astuti, I. G. A. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencarian Tindakan Perawatan Kesehatan Gigi dan Mulut. *Jurnal Ilmu Kesehatan Gigi*, 2(2), 328–334.
- Herijulianti, E., Indriani, T. S., & Artini, S. (2001). Pendidikan Kesehatan Gigi. Jakarta: EGC.
- Ikenasya, D. F., Herwanda, & Novita, C.F. (2017). Tingkat Pengetahuan Guru Mengenai Kesehatan Gigi dan Status Karies Gigi Siswa Sekolah Dasar. *Journal Caninus Dentistry*, 2(3), 131–136.
- Perry, D. A., et al. (2007). Oral Health and Its Impact on Life Quality. WHO Publication.
- Ramadhan, A. G. (2010). Serba Serbi Kesehatan Gigi dan Mulut. Jakarta Selatan: Bukune.
- Riskesdas. (2013). Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Salsabeela, A., et al. (2021). Prevalensi Karies Anak Sekolah di Indonesia. Bandung: Jurnal Kesehatan Anak.

- Sariningsih, E. (2012). Merawat Gigi Anak Sejak Usia Dini. Jakarta: Kelompok Gramedia.
- Swarjana, I. K. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: ANDI.
- Wahab, S. A., et al. (2017). Perilaku Hidup Sehat dan Pengaruhnya terhadap Kesehatan Gigi. Yogyakarta: Pustaka Medis.
- Wiradona, et al. (2013). Kebiasaan Menyikat Gigi dan Hubungannya dengan Kesehatan Gigi pada Anak. Jakarta: Jurnal Kedokteran Gigi Anak World Health Organization