



PENERAPAN EDUKASI GIZI SEIMBANG BERBASIS EMPAT PILAR DAN ISI PIRINGKU BAGI ANAK-ANAK DI RUMAH RUTH BANDUNG

Vinna Kurniawati Sugiaman¹, Ellyvia Varensia², Vivian Okta Kristianti³, Sarah Parmashta Kristiawan⁴, Jesslyn Febe Christiane⁵, Stefani Alphina Batujui⁶, Albertus Christian Saputra⁷, Angelique Aprilla Setiawan⁸, Chillie Aimeelita Santoso⁹, Felix Chriscendio¹⁰

^{1,3,6}Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Kristen Maranatha

^{2,4,5,6,7,8,9,10}Fakultas Hukum dan Bisnis Digital, Universitas Kristen Maranatha
vinnakurniawati@yahoo.co.id¹

Article History:

Received: 12-10-2024

Revised: 24-10-2024

Accepted: 30-10-2024

Keywords: Benang gigi,
Kesehatan gigi, Sikat gigi

Abstract: Kesehatan gigi dan mulut memegang peranan penting dalam menjaga kualitas hidup seseorang. Namun, pemahaman dan penerapan teknik menyikat gigi serta penggunaan benang gigi yang baik dan benar sering kali masih kurang, terutama di kalangan anak-anak. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai teknik menyikat gigi dan penggunaan benang gigi kepada anak-anak di Panti Asuhan Putera Maranatha serta mengevaluasi keberhasilannya. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan dengan demonstrasi langsung, pembagian materi edukasi visual, dan evaluasi. Evaluasi dilakukan melalui kuesioner pre-test dan post-test. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan dalam pemahaman dan keterampilan anak-anak dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Temuan ini menegaskan akan pentingnya program edukasi kesehatan gigi untuk meningkatkan kesadaran dan kebiasaan perawatan gigi sejak dini.

© 2025 SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

PENDAHULUAN

Salah satu teknik untuk meningkatkan kesehatan adalah menjaga kebersihan gigi dan mulut. Tidak banyak orang menyadari betapa pentingnya gigi dan mulut dalam kesehatan. Gigi membantu mengunyah makanan agar lebih mudah dicerna, sementara mulut adalah pintu masuk utama untuk nutrisi. Kebersihan gigi dan mulut yang baik mencegah berbagai penyakit, mendukung komunikasi yang jelas, meningkatkan penampilan, dan mencegah infeksi yang bisa menyebar ke bagian tubuh lainnya. (Silfia dkk., 2019) Jika kita tidak menjaga kesehatan gigi dan mulut, berbagai masalah dapat terjadi seperti gigi berlubang, penyakit gusi, bau mulut, infeksi mulut, masalah pencernaan. Oleh karena itu, kesehatan gigi dan mulut seseorang sangat berpengaruh pada kesehatan secara keseluruhan. (Liencewas dkk., 2024)

Upaya menjaga kesehatan gigi harus ditinjau dari berbagai aspek dan perspektif, seperti lingkungan, pengetahuan, pendidikan, kesadaran, dan penanganan kesehatan gigi, termasuk pencegahan dan perawatan. Perawatan gigi sangat penting untuk meningkatkan kesehatan dan penampilan, serta menghindari gangguan fungsi. salah satunya adalah menyikat gigi dan penggunaan benang gigi. Menyikat gigi merupakan metode dasar yang

efektif untuk membersihkan plak dan sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi, sehingga dapat mencegah kerusakan gigi seperti gigi berlubang serta menjaga kesehatan gusi. Pemilihan sikat gigi dan pasta gigi yang sesuai dengan kebutuhan juga menjadi faktor penting dalam mendukung efektivitasnya. (Dharmawati, 2016) Di sisi lain, penggunaan benang gigi atau dental floss memiliki manfaat yang spesifik, yaitu membersihkan area di antara gigi yang sulit dijangkau oleh sikat gigi biasa. Alasan utama memilih kedua metode ini adalah karena kombinasi keduanya memberikan pembersihan yang lebih menyeluruh, mengurangi risiko penyakit periodontal, dan menjaga kebersihan mulut secara optimal. Kebiasaan ini, jika dilakukan secara konsisten dan dengan teknik yang benar, dapat memberikan kontribusi besar bagi kesehatan gigi dan mulut dalam jangka panjang. (Theresia, dkk., 2024).

Kami merencanakan untuk memberi pengajaran mengenai teknik menyikat gigi dan menggunakan benang gigi yang benar kepada Panti Asuhan Putera Maranatha, kami berharap dengan dijalankannya PkM ini Panti Asuhan Putera Maranatha sadar akan pentingnya oral hygiene yang baik, terutama dalam merawat gigi (Sutomo dkk., 2016).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengajaran mengenai teknik menyikat gigi dan penggunaan benang gigi yang benar di Panti Asuhan Putera Maranatha dimulai dengan persiapan materi yang akan disampaikan kepada anak-anak. Sebelum acara dimulai, kami mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan, seperti replika gigi (phantom) dan sikat gigi medium, serta membawa pertanyaan untuk kuis yang bertujuan mengukur pemahaman anak-anak tentang materi yang diajarkan. Kami juga mempersiapkan beberapa game untuk membuat suasana lebih menyenangkan dan menarik bagi anak-anak.

Pada saat kegiatan, kami memulai dengan pre-test singkat yang diberikan sebelum penyampaian materi untuk mengetahui sejauh mana pemahaman awal anak-anak mengenai kebersihan gigi dan mulut. Setelah itu, pemaparan materi dilakukan mengenai teknik menyikat gigi yang benar, pentingnya penggunaan benang gigi, dan berapa lama waktu yang ideal untuk menyikat gigi. Penjelasan diberikan dengan bahasa yang mudah dipahami dan disertai dengan gambar-gambar yang mendukung pemahaman anak-anak. Kami juga menyampaikan informasi mengenai kandungan fluoride dalam pasta gigi dan manfaatnya bagi kesehatan gigi. (Nuriyah dkk., 2022) Setelah pemaparan materi, kami mengajak anak-anak untuk melakukan praktik langsung menyikat gigi dan menggunakan benang gigi dengan benar. Dengan arahan dari materi yang di berikan, anak-anak mempraktikkan teknik menggunakan sikat gigi dan benang gigi yang telah disediakan. Kami juga memberikan koreksi dan saran agar mereka dapat menerapkan cara yang tepat dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut sehari-hari. Untuk memastikan pemahaman anak-anak tentang materi yang telah disampaikan, kami mengadakan kuis singkat yang berisi tiga pertanyaan mengenai topik yang telah diajarkan. Kuis ini dilakukan setelah sesi praktik dan anak-anak sangat antusias menjawab pertanyaan yang diberikan.

Setelah kegiatan selesai, kami mengadakan sesi foto bersama untuk mengabadikan momen tersebut dan memberikan konsumsi kepada anak-anak di Panti Asuhan Putera Maranatha sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi mereka. Kegiatan ini berlangsung dengan lancar dan mendapat respon positif dari anak-anak yang menunjukkan peningkatan pengetahuan mereka mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengajaran teknik menyikat gigi dan penggunaan benang gigi di Panti Asuhan Putera Maranatha berjalan dengan sukses dan mendapatkan respon positif dari tujuh belas anak yang berpartisipasi. Anak-anak sangat antusias dengan materi yang disampaikan. Materi yang kami ajarkan meliputi cara menyikat gigi, teknik penggunaan benang gigi dengan baik dan benar, serta praktik langsung. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan variasi metode seperti permainan edukatif dan evaluasi berupa post-test, yang semakin meningkatkan antusiasme peserta.

Pada sesi praktik, tiga anak terpilih sebagai perwakilan untuk mencoba secara langsung menggunakan properti replika gigi (*phantom*) dan sikat gigi medium. Praktik ini memberikan pengalaman langsung yang sangat berharga bagi anak-anak dan membantu mereka lebih memahami teknik yang benar dalam menjaga kebersihan gigi. Respon ketiga anak tersebut sangat positif, terlihat dari semangat dan antusiasme mereka selama kegiatan berlangsung.

Keberhasilan kegiatan ini dievaluasi melalui post-test yang berisi tiga soal terkait materi yang telah disampaikan. Hasil dari *post-test* menunjukkan tingkat pemahaman yang tinggi, dengan skor rata-rata yang mencerminkan keberhasilan metode pembelajaran yang digunakan, dibandingkan dengan skor rata-rata dari *pre-test* sebelumnya. Evaluasi ini menunjukkan bahwa pendekatan interaktif, disertai dengan praktik langsung, efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak-anak mengenai perawatan kesehatan gigi.

Keberhasilan kegiatan ini memiliki implikasi yang signifikan terhadap pentingnya edukasi kesehatan gigi, khususnya bagi anak-anak di panti asuhan. Dengan pendekatan yang menyenangkan dan interaktif, edukasi kesehatan gigi tidak hanya meningkatkan kesadaran tetapi juga memberikan pemahaman. Berikut hasil *Pre-test* dan *Post-test* mengenai pengetahuan Anak-anak:

Tabel 1. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan Anak-anak Sebelum dan Sesudah Pemberian Materi

Penguasaan Materi	Sebelum Pemaparan Materi	Sesudah Pemaparan Materi
	Presentase %	Presentase %
Pengetahuan mengenai cara menggunakan benang gigi dengan benar	11,76%	94,1%
Pengetahuan mengenai berapa lama waktu yang ideal untuk menyikat gigi	35,29%	100%
Pengetahuan mengenai adanya kandungan <i>fluoride</i> dalam pasta gigi	17,65%	76,5%

KESIMPULAN DAN SARAN

Kebersihan gigi dan mulut yang baik dapat mencegah berbagai penyakit dan mencegah infeksi yang bisa menyebar ke bagian tubuh lainnya. Dari hal tersebut kami merencanakan untuk memberi pengajaran mengenai teknik menyikat gigi dan menggunakan benang gigi yang benar kepada Panti Asuhan Putera Maranatha. Harapan kami agar anak-anak panti jadi dapat sadar salah satu nya anak-anak di Panti Asuhan Putera Maranatha agar mereka juga jadi dapat lebih mengerti mengenai pentingnya oral hygiene yang baik, terutama dalam merawat gigi. Saat berlangsung nya acara anak-anak di Panti Asuhan Putera Maranatha mendengarkan dan memperhatikan dengan baik dan saat ada game mereka juga ikut berpartisipasi dengan antusias. Selain itu juga terdapat praktik menyikat gigi menggunakan properti replika gigi dan sikat gigi. Setelah itu dilanjutkan dengan ada nya post-test mengenai pemaparan materi yang disampaikan. Setelah acara selesai dilanjutkan dengan pembagian plakat untuk pihak Panti dan ditutup dengan doa. Setelah itu kami semua mengadakan sesi foto bersama dan juga di akhir setelah foto bersama ada pembagian konsumsi serta suvenir kepada anak-anak di Panti Asuhan Putera Maranatha.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada Universitas Kristen Maranatha dan Direktorat Kemahasiswaan dan Alumni yang telah memberikan dukungan dan bimbingan selama persiapan hingga pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh anggota family 21 Wiratha Fest 2024 yang telah bekerja keras dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA (Calisto MT, size 12)

- [1] Astari, M.Y., Sudirman, P.L. And Mia Ayustina Prasetya (2021) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Terhadap Status Kebersihan Gigi Siswa Umur 10-12 Tahun Di Sd N 18 Pemecutan', *Bali Dental Journal*, 5(2), Pp. 114–118. Available At: <https://doi.org/10.51559/Bdj.V5i2.411>
- [2] Dharmawati, I.G.A.A. (2016) 'Hubungan Tingkat Pendidikan, Umur, Dan Masa Kerja Dengan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Guru Penjaskes Sd Di Kecamatan Tampak Siring Gianyar'
- [3] Kesehatan Gigi, J. *Et Al.* (2019) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut Murid Sekolah Dasar', *Jurnal Kesehatan Gigi*, 6(1), Pp. 45–50. Available At: <https://doi.org/10.31983/Jkg.V6i1.4407>
- [4] Talenta Theresia, T., *Et Al.* (2024) 'Relationship Of Sociodemography And Dental Visits With Dental Caries And Oral Hygiene At Kapuk 03 Pagi Public Elementary School In West Jakarta', *Jurnal Kesehatan Gigi*, 11(2), Pp. 124–133. Available At: <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/Ojs/Index.php/Jkg/Article/View/11001> (Accessed: 24 March 2025).
- [5] Puspa Liencewas, K., *Et Al.* (2024) 'The Relationship Between Characteristics, Knowledge And Motivation Of Parents On Actions To Prevent Tooth Decay In Elementary School Children', *Jurnal Kesehatan Gigi*, 11(2), Pp. 115–123. Available At: <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/Ojs/Index.php/Jkg/Article/View/10984> (Accessed: 24 March 2025).
- [6] Nuriyah, E. *Et Al.* (2022) 'Karies Gigi Ditinjau Dari Pengetahuan Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Siswa Sekolah Dasar', *Indonesian Journal Of Health And Medical*, 2(2), Pp. 167–

179. Available At: <https://Ijohm.Rcipublisher.Org/Index.Php/Ijohm/Article/View/111> (Accessed: 24 March 2025).

[7] Sari, M. *Et Al.* (2019) 'Hubungan Perilaku Sehat Dan Perilaku Kesehatan Gigi Dan Mulut Terhadap Derajat Kesehatan Gigi Pada Komunitas Tukang Becak Di Kota Surakarta, Jawa Tengah', *Jikg (Jurnal Ilmu Kedokteran Gigi)*, 2(1). Available At: <https://doi.org/10.23917/Jikg.V2i1.4865>.

[8] Sutomo, B., Santoso, B. dan Jurusan Keperawatan Gigi Poltekkes Kemenkes Semarang, D. (2016) 'Penyuluhan Metode Audio Visual Dan Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi Pada Anak Sekolah Dasar', *Jurnal Kesehatan Gigi*, 3(2), Pp. 53–57. Available At: <https://doi.org/10.31983/Jkg.V3i2.1784>.