



Edukasi Kesehatan Gigi dan Mulut untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Anak Usia Sekolah Dasar

Utari Zulkaidah^{1*}, Arsad², Yulistina³, Rezki Dirman⁴, Nasrayanti Nurdin⁵, Suci Qadrawijayanti⁶

Program Studi Diploma Tiga Kesehatan Gigi^{1,2,3,4}, Program Studi Sarjana Kebidanan^{5,6}
Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap
e-mail: utari@itkesmusidrap.ac.id

Abstrak

Masalah kesehatan gigi dan mulut pada anak sekolah dasar masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses layanan kesehatan. Rendahnya pengetahuan dan perilaku pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut berkontribusi terhadap tingginya kejadian karies gigi pada anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup sehat anak melalui edukasi kesehatan gigi dan mulut. Kegiatan dilaksanakan di SD 4 Lainungan, Desa Pabarasseng, Kabupaten Sidenreng Rappang, dengan sasaran siswa sekolah dasar. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif serta demonstrasi dan praktik menyikat gigi yang baik dan benar. Evaluasi dilakukan melalui tanya jawab dan observasi keterampilan menyikat gigi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang masih rendah dan banyak yang mengalami karies gigi. Setelah kegiatan edukasi, terjadi peningkatan pemahaman dan keterampilan siswa dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Edukasi yang disertai praktik langsung efektif sebagai upaya promotif dan preventif dalam membentuk perilaku hidup sehat anak.

Kata Kunci: *Edukasi Kesehatan Gigi dan Mulut, Perilaku Hidup Sehat, Karies Gigi, Praktik Menyikat Gigi, Anak Sekolah Dasar.*

Abstract

Dental and oral health problems in elementary school children are still a public health problem, especially in areas with limited access to health services. Low knowledge and behavior of maintaining dental and oral hygiene contributes to the high incidence of dental caries in children. This community service activity aims to increase children's knowledge and healthy living behavior through dental and oral health education. The activity was carried out at SD 4 Lainungan, Pabarasseng Village, Sidenreng Rappang Regency, with the target of elementary school students. The methods used include interactive counseling as well as demonstrations and good and correct brushing practices. Evaluation was carried out through questions and answers and observation of toothbrushing skills. The results of the activity showed that most of the students had low knowledge and many experienced dental caries. After educational activities, there was an increase in students' understanding and skills in maintaining dental and oral health. Education accompanied by direct practice is effective as a promotive and preventive effort in shaping children's healthy living behaviors.

Kata Kunci: *Dental and Oral Health Education, Healthy Living Behaviors, Dental Caries, Toothbrushing Practices, Elementary School Children.*

PENDAHULUAN

Derajat kesehatan gigi dan mulut pada anak sekolah dasar dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengetahuan dan perilaku orang tua, lingkungan, serta pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, masalah kesehatan gigi pada anak sekolah perlu mendapat perhatian dan penanganan yang menyeluruh (Jannah et al., 2023). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, masalah kesehatan gigi dan mulut masih menjadi isu kesehatan yang signifikan di Indonesia. Hasil survei menunjukkan bahwa sekitar 56,9% penduduk berusia ≥ 3 tahun mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut dalam kurun waktu satu tahun terakhir, yang mencakup karies gigi, gigi berlubang, dan keluhan lain terkait rongga mulut (Kementerian Kesehatan, 2023)

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kesehatan umum. Gangguan pada rongga mulut dapat menjadi pemicu penyakit sistemik. Prevalensi karies pada anak Indonesia masih sangat tinggi, yaitu mencapai 76 % (95% CI 71–81 %) berdasarkan meta-analisis terbaru. Namun, hanya sekitar 2,8 % masyarakat Indonesia yang menyikat gigi dengan benar. Kondisi ini menunjukkan rendahnya perilaku kesehatan gigi masyarakat Indonesia (Hasan et al., 2024). Upaya pendidikan kesehatan yang sistematis dan berkelanjutan sangat dibutuhkan untuk menanamkan perilaku hidup sehat sejak dini. Pendidikan kesehatan gigi dan mulut di sekolah dasar tidak hanya menekankan pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktik seperti teknik menyikat gigi yang benar serta peningkatan sikap dan tindakan dalam menjaga kebersihan mulut. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan gigi dan mulut yang dirancang secara interaktif dan menggunakan media edukatif dapat meningkatkan pengetahuan serta perilaku siswa terhadap kesehatan rongga mulut, sehingga diharapkan dapat menurunkan kejadian penyakit gigi seperti karies pada anak (Widodorini et al., 2024).

Salah satu faktor yang berperan dalam terjadinya karies gigi pada anak adalah kebersihan diri atau *personal hygiene*. *Personal hygiene* merupakan upaya individu dalam menjaga kebersihan diri untuk mencegah penyakit, termasuk penyakit gigi dan mulut (Amelia et al., 2020). Perilaku *personal hygiene* dalam merawat kesehatan gigi dan mulut menjadi sangat penting karena kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kesehatan tubuh secara keseluruhan (Maghfira & Yenita, 2023). Hasil penelitian (Rahmawati et al., 2022) menunjukkan bahwa sebanyak 46 anak (38,7%) memiliki perilaku *personal hygiene* gigi dan mulut yang kurang baik, dengan 65% di antaranya berjenis kelamin laki-laki. Temuan tersebut menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki perilaku *personal hygiene* gigi dan mulut yang kurang baik, dan lebih dari setengah anak usia sekolah dasar dengan perilaku tersebut adalah laki-laki. Kondisi ini diperparah dengan kebiasaan anak usia sekolah yang gemar mengonsumsi

makanan manis, yang dapat memicu pertumbuhan bakteri penyebab karies melalui proses pelarutan struktur gigi. Selain itu, masih banyak anak yang belum memiliki pengetahuan dan kebiasaan menyikat gigi secara benar, khususnya menyikat gigi dua kali sehari, sehingga meningkatkan risiko terjadinya karies gigi.

Dengan demikian, peran edukasi kesehatan gigi dan mulut di sekolah dasar tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk perilaku hidup sehat jangka panjang bagi anak. Edukasi yang sistematis dan terstruktur sangat penting untuk mengurangi kejadian penyakit gigi dan mulut serta meningkatkan kualitas hidup anak sekolah dasar.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SD 4 Lainungan, Desa Pabarasseng, Kabupaten Sidenreng Rappang (Sidrap), yang merupakan salah satu sekolah dasar dengan akses geografis relatif jauh dari wilayah perkotaan. Kondisi tersebut menyebabkan keterbatasan akses informasi dan layanan kesehatan, khususnya terkait kesehatan gigi dan mulut. Sasaran kegiatan adalah siswa sekolah dasar yang mengikuti kegiatan secara langsung dan aktif.

Metode pelaksanaan kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan gigi dan mulut serta praktik menyikat gigi yang baik dan benar. Penyuluhan dilakukan secara interaktif dengan menggunakan media edukasi berupa poster dan alat peraga gigi, yang disesuaikan dengan tingkat pemahaman anak. Materi yang diberikan meliputi pengertian kesehatan gigi dan mulut, penyebab karies gigi, dampak kebersihan gigi dan mulut terhadap kesehatan tubuh, serta pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat sejak usia dini.

Selanjutnya, dilakukan demonstrasi dan praktik menyikat gigi menggunakan metode yang dianjurkan, yang dipandu langsung oleh tim pengabdian. Siswa diminta untuk mempraktikkan cara menyikat gigi dengan benar menggunakan sikat dan pasta gigi masing-masing, sementara tim melakukan pendampingan dan koreksi secara langsung. Untuk menilai efektivitas kegiatan, dilakukan evaluasi sederhana melalui tanya jawab serta observasi keterampilan menyikat gigi sebelum dan sesudah kegiatan.

Pendekatan edukatif dan praktik langsung dipilih agar materi mudah dipahami dan dapat diterapkan oleh anak dalam kehidupan sehari-hari, khususnya pada anak-anak yang tinggal di wilayah dengan keterbatasan akses layanan kesehatan. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut sebagai bagian dari perilaku hidup sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah mengenai kesehatan gigi dan mulut. Berdasarkan hasil tanya jawab awal dan pengamatan

selama kegiatan berlangsung, banyak siswa belum mengetahui penyebab terjadinya karies gigi, waktu menyikat gigi yang tepat, serta pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut secara rutin. Kondisi ini menunjukkan bahwa informasi terkait kesehatan gigi dan mulut belum tersampaikan secara optimal kepada siswa, terutama di sekolah yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan dan edukasi kesehatan.

Selain itu, hasil observasi kondisi gigi siswa menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami karies gigi dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Karies gigi yang ditemukan umumnya berupa gigi berlubang pada gigi geraham, yang berpotensi menimbulkan rasa nyeri dan mengganggu aktivitas belajar siswa. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan antara rendahnya pengetahuan dan perilaku pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut dengan tingginya kejadian karies gigi pada anak usia sekolah dasar.

Rendahnya tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut pada siswa SD 4 Lainungan dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain keterbatasan akses informasi kesehatan, letak geografis sekolah yang jauh dari wilayah perkotaan, serta kurangnya kegiatan promotif dan preventif yang berkelanjutan. Letak geografis yang terpencil seringkali berkorelasi dengan akses layanan kesehatan dan informasi yang lebih rendah, sehingga pengetahuan anak terhadap kesehatan gigi dan mulut cenderung kurang optimal. Pengetahuan yang rendah pada anak telah diidentifikasi sebagai salah satu determinan penting perilaku kesehatan gigi dan mulut, karena anak dengan pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki perilaku *oral hygiene* yang lebih baik pula (Fauziah et al., 2024).

Tingginya kejadian karies gigi yang ditemukan pada siswa sejalan dengan perilaku kebersihan gigi dan mulut yang belum optimal, seperti kebiasaan menyikat gigi yang tidak teratur dan teknik menyikat gigi yang belum benar. Pola konsumsi makanan manis tanpa diimbangi kebiasaan menyikat gigi secara benar juga merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap pembentukan plak dan perkembangan karies. Penelitian lain menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan kesehatan gigi berkaitan dengan tingginya kejadian karies di kalangan anak sekolah dasar; intervensi edukasi yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan sekaligus menurunkan kejadian karies pada siswa (Wijaya & Barus, 2025).

Edukasi kesehatan gigi dan mulut yang dilakukan pada anak terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan menyikat gigi, yang kemudian berkontribusi terhadap perubahan perilaku *oral hygiene*. Hal ini sesuai dengan temuan dalam studi yang melaporkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan menyikat gigi pada anak setelah program edukasi interaktif, termasuk demonstrasi teknik menyikat gigi dan praktik langsung bersama anak-anak (Tobing et al., 2026).

Pendekatan edukatif yang disertai praktik langsung menjadi strategi penting dalam promosi kesehatan karena memberikan pengalaman langsung kepada siswa dalam menerapkan teknik yang benar. Selain itu, keterlibatan

sekolah dan tenaga kesehatan dalam menyelenggarakan kegiatan penyuluhan dapat memperkuat pesan edukasi dan merangsang perubahan perilaku dalam jangka panjang. Upaya ini penting terutama di wilayah dengan keterbatasan akses layanan kesehatan, di mana pendidikan kesehatan gigi tidak selalu tersedia secara rutin.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki peran strategis sebagai upaya promotif dan preventif, membantu meningkatkan kesadaran siswa dan memfasilitasi perubahan perilaku hidup sehat sejak usia dini-terutama pada sekolah yang aksesnya jauh dari fasilitas kesehatan perkotaan.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan gigi dan mulut melalui penyuluhan dan praktik menyikat gigi di SD 4 Lainungan, Desa Pabarasseng, Kabupaten Sidenreng Rappang, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah serta banyak di antaranya mengalami karies gigi. Kondisi ini berkaitan dengan keterbatasan akses informasi kesehatan, perilaku kebersihan gigi dan mulut yang belum optimal, serta kebiasaan konsumsi makanan manis yang tidak diimbangi dengan perawatan gigi yang baik.

Pelaksanaan kegiatan edukasi yang disertai praktik langsung terbukti mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut serta menumbuhkan kesadaran akan perilaku hidup sehat sejak usia dini. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki peran penting sebagai upaya promotif dan preventif, khususnya di wilayah dengan keterbatasan akses layanan kesehatan, dan perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan pihak sekolah dan tenaga kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, Z. R., Edi, I. S., & Hadi, S. (2020). Pengetahuan Ibu tentang Karies Gigi Anak Prasekolah. *Jurnal Skala Kesehatan*, 11(2), 90–96.
- Fauziah, L., Prasetyo, Y. A., & Aditia, R. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Mengenai Kebersihan Gigi dan Mulut Pada Siswa SDN 249 Astanaanyar Kota Bandung (The Effect of Health Education on the Level of Knowledge about Dental and Oral Hygiene in Students of Astanaanyar 249). *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 30–34.
- Hasan, F., Taurussia, L., Setia, H., Ramasamy, R., Irqon, Z., & Marsa, A. (2024). Heliyon Prevalence of dental caries among children in Indonesia : A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Heliyon*, 10(11), e32102. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e32102>
- Jannah, A. S., Nurjannah, Ramadhani, R., Harfiana, S. S. A., & Asthiningsih, N. W. W. (2023). Pendidikan dan Promosi Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2, 18–24.
- Kementerian Kesehatan. (2023). Suvei Kesehatan Indonesia (SKI). *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 965. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/laporan-tematik-ski/>
- Maghfira, J., & Yenita. (2023). Penyuluhan Pentingnya Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut di Perguruan Al Jami'yatul Washliyah Kelurahan Sudirejo II. *Jurnal Implementa Husada*, 2(4), 394–400.
- Rahmawati, F., Ramdaniati, S., Cahyaningsih, H., & Ariyanti, M. (2022). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Gigi dan Mulut pada Siswa SD Kelas 1. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 2(1).
- Tobing, M., Wari, I. I. A., Diyina, P. Y., & Gunawan, E. (2026). Efektivitas Program Edukasi dalam Meningkatkan Perilaku Kesehatan Gigi dan Mulut Usia Prasekolah di TK Al-Jawahir Kediri. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 10, 1393–1397.
- Widodorini, T., Rahmawati, Y. L., Istikharoh, F., Wardani, S. C., Rachmawati, R., Hakim, M. A., & Irgananda, C. I. (2024). Efektivitas Edukasi Kesehatan Gigi dan Mulut Terhadap Perilaku Siswa, Guru, dan Orang Tua di Sekolah Dasar Kota Malang. *Jurnal Tri Dharma Mandiri*, 4(1), 33–45.
- Wijaya, I., & Barus, V. M. (2025). Efektivitas Pemberian Edukasi Tentang Kebersihan Gigi dan Mulut Terhadap Penurunan MI Muwaffaq Islamic School. *Jurnal Minfo Polgan*, 14(November), 2749–2755.