Journal of Health Community Services
Vol 4, No. 1 (2026)

EDUKASI CARA MENYIKAT GIGI YANG BAIK DAN BENAR PADA SISWA SD NEGERI 24 SUNGAI KAKAP PONTIANAK

Elly Marce Titihalawa[1], Florida L. Panggus [2], Angela Dwi Pitri [3]
Lipinus.R. Apong[4], Gergonia C.D [5,] Deviana Rindi[6]

[1,2,3,4 ,5,6,7,8]Universitas Katolik Santo Agustinus Hippo
Email:ellymarce1968@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral dari kesehatan tubuh secara keseluruhan yang sangat menentukan kualitas hidup, terutama pada masa pertumbuhan anak, prevalensi masalah gigi dan mulut pada kelompok usia 5–9 tahun mencapai angka yang cukup tinggi, di mana sebagian besar masalah tersebut berupa gigi berlubang. Ironisnya, meskipun kesadaran untuk menyikat gigi sudah tinggi, namun perilaku menyikat gigi pada waktu yang tepat secara nasional baru mencapai sekitar 2,8%. Metode : **Metode:** kegiatan dilaksanakan dengan cara memberikan edukasi kepada anak SD Negeri 24 Sungai Kakap, peserta sebanyak 28 siswa dan dengan metode edukasi yang interaktif, meliputi ceramah dan diskusi. **Hasil:** Hasil kegiatan penyuluhan adalah terselenggaranya penyuluhan edukatif, dengan respons positif dari peserta, sehingga terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa, partisipasi aktif mitra dan evaluasi dan refleksi kegiatan. **Kesimpulan:** Meningkatnya pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat dalam perawatan gigi dan mulut. Kegiatan ini diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan didukung oleh peran guru dan orang tua agar perilaku menjaga kesehatan gigi dapat diterapkan secara konsisten.
Kata Kunci: Anak Sekolah, Kesehatan Gigi, Cara Menyikat Gigi Yang Baik Dan Benar

Abstrack

Introduction: Dental and oral health is an integral part of overall body health that significantly determines quality of life, especially during children's growth. The prevalence of dental and oral problems in the 5–9 age group reaches quite high numbers, where the majority of these problems are cavities. Ironically, although awareness of brushing teeth is high, the behavior of brushing teeth at the right time nationally only reaches around 2.8%. Methods: The activity was carried out by providing education to students of SD Negeri 24 Sungai Kakap, with 28 participants and using interactive educational methods, including lectures and discussions. Results: The results of the outreach activity were the implementation of educational outreach, with a positive response from participants, resulting in increased student knowledge and awareness, active participation of partners and evaluation and reflection of the activity. Conclusion: Increased student knowledge and awareness regarding clean and healthy living behaviors in dental and oral care. This activity is expected to be implemented sustainably, supported by the role of teachers and parents so that dental health behaviors can be implemented consistently.
Keywords: School Children, Dental Health, How to Brush Your Teeth Properly

PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral dari kesehatan tubuh secara keseluruhan yang sangat menentukan kualitas hidup, terutama pada masa pertumbuhan anak. Kerusakan gigi, khususnya karies gigi (gigi berlubang), tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat yang utama di seluruh dunia. Bagi anak usia sekolah dasar, gangguan pada gigi tidak hanya menimbulkan rasa sakit, tetapi juga dapat mengganggu pola makan (nutrisi), proses bicara, hingga menurunkan rasa percaya diri dan tingkat kehadiran di sekolah (WHO, 2023).

Secara global, karies gigi merupakan kondisi kesehatan yang paling umum menurut *Global Burden of Disease*. WHO mencatat bahwa hampir 50% populasi dunia menderita penyakit mulut, dengan karies gigi susu menyerang lebih dari 530 juta anak di seluruh dunia. Kebiasaan mengonsumsi makanan manis (kariogenik) yang tidak dibarengi dengan praktik menyikat gigi yang benar sejak dini menjadi faktor risiko utama terjadinya kerusakan jaringan keras gigi yang progresif (Petersen, 2022).

Di Indonesia, kondisi kesehatan gigi anak usia sekolah masih memerlukan perhatian serius. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi masalah gigi dan mulut pada kelompok usia 5–9 tahun mencapai angka yang cukup tinggi, di mana sebagian besar masalah tersebut berupa gigi berlubang. Ironisnya, meskipun kesadaran untuk menyikat gigi sudah tinggi, namun perilaku menyikat gigi pada waktu yang tepat (setelah makan pagi dan sebelum tidur malam) secara nasional baru mencapai sekitar 2,8% (Kemenkes RI, 2023). Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan (*gap*) antara pengetahuan umum dengan praktik perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang benar.

Kondisi regional di Provinsi Kalimantan Barat juga mencerminkan tantangan serupa. Data Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat menunjukkan bahwa akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan gigi masih terbatas di beberapa wilayah kabupaten. Di Kabupaten Kubu Raya, khususnya di daerah pesisir atau pedesaan seperti wilayah Sungai Kakap, tantangan geografis dan faktor sosial ekonomi seringkali mempengaruhi pola konsumsi makanan serta kesadaran orang tua dalam memeriksakan gigi anak secara rutin ke fasilitas kesehatan (Dinkes Kalbar, 2023).

SD Negeri 24 Sungai Kakap merupakan salah satu institusi pendidikan dasar yang menjadi sasaran strategis untuk intervensi kesehatan. Siswa pada usia

sekolah dasar (6– 12 tahun) berada dalam masa transisi pergantian gigi susu ke gigi permanen (*mixed dentition*). Kelalaian dalam merawat gigi pada fase ini dapat menyebabkan kerusakan permanen yang akan berdampak hingga usia dewasa. Kurangnya edukasi mengenai teknik menyikat gigi yang benar serta frekuensi konsumsi jajanan tinggi gula di lingkungan sekolah menjadi faktor risiko yang perlu diintervensi (Suryani, 2021).

Pentingnya edukasi di SD Negeri 24 Sungai Kakap didasarkan pada fakta bahwa perilaku yang dibentuk sejak usia dini cenderung akan bertahan hingga dewasa. Teknik menyikat gigi yang benar (metode *roll* atau sirkular) serta pemahaman mengenai waktu menyikat gigi yang tepat adalah keterampilan motorik yang harus diajarkan melalui demonstrasi langsung. Edukasi kesehatan gigi yang terstruktur di sekolah terbukti efektif dalam menurunkan indeks plak dan mencegah keparahan karies pada anak (Hidayat, 2020).

Melalui kegiatan edukasi mengenai cara merawat gigi di SD Negeri 24 Sungai Kakap, diharapkan para siswa dapat meningkatkan literasi kesehatan giginya, mengubah kebiasaan buruk, dan mampu mempraktikkan cara menyikat gigi yang benar. Langkah preventif ini sangat penting untuk mewujudkan generasi bebas karies (Indonesia Bebas Karies 2030) dan memastikan proses belajar siswa tidak terganggu oleh masalah kesehatan gigi yang sebenarnya dapat dicegah.

IDENTIFIKASI MASALAH

Permasalahan kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah dasar di SD Negeri 24 Sungai Kakap merupakan isu yang krusial, karena berkaitan dengan asupan nutrisi dan konsentrasi belajar siswa. Beberapa permasalahan utama terkait rendahnya status kesehatan gigi pada siswa adalah kurangnya pengetahuan tentang teknik merawat gigi yang Benar Banyak siswa yang sudah memiliki kebiasaan menyikat gigi, namun tidak memahami teknik yang benar (seperti arah gerakan sikat dan durasi menyikat). Ketidaktahuan ini menyebabkan pembersihan plak tidak optimal, sehingga sisa makanan tetap tertinggal dan memicu terjadinya karies (gigi berlubang).

.

METODELOGI PELAKSANAAN

Metode kegiatan dilaksanakan dengan cara memberikan edukasi kepada anak SD Negeri 24 Sungai Kakap. Penyuluhan ini diikuti oleh 28 siswa dan dilaksanakan menggunakan metode edukasi yang interaktif, meliputi ceramah, diskusi. Materi disampaikan melalui presentasi interaktif mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut, cara menyikat gigi yang

benar, serta dampak yang dapat timbul apabila kebersihan gigi tidak dijaga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dengan judul "Edukasi Gigi Sehat: Senyum Jadi Ceria" telah dilaksanakan pada hari Jumat, 9 Januari 2026, pukul 08.00–09.00 WIB pada periode pagi hari. Kegiatan diawali dengan pembukaan, doa bersama, serta penyampaian tujuan edukasi kepada seluruh peserta. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 28 siswa, yang mengikuti kegiatan dengan tertib dan antusias.

Proses penyuluhan dirancang menggunakan metode pendidikan kesehatan yang menarik dan sesuai dengan karakteristik siswa. Materi disampaikan melalui presentasi interaktif mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut, cara menyikat gigi yang benar, serta dampak yang dapat timbul apabila kebersihan gigi tidak dijaga. Selain itu, kegiatan juga diselingi dengan bernyanyi bersama lagu edukatif tentang gigi sehat, sehingga suasana menjadi lebih menyenangkan dan membantu siswa lebih mudah memahami materi yang disampaikan.

Selama proses penyuluhan berlangsung, siswa tampak aktif mengikuti kegiatan, memperhatikan materi, serta terlibat dalam sesi tanya jawab, mengenai waktu menyikat gigi yang tepat, serta makanan dan minuman yang baik maupun yang perlu dibatasi demi menjaga kesehatan gigi dan mulut. Hal ini menunjukkan adanya ketertarikan dan kebutuhan siswa terhadap informasi kesehatan gigi.

Penyampaian materi melalui presentasi yang sederhana dan kegiatan bernyanyi terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang interaktif dan menyenangkan. Siswa terlihat lebih mudah mengingat pesan-pesan penting terkait perawatan gigi, seperti anjuran menyikat gigi dua kali sehari dan menjaga kebersihan mulut secara rutin.



Gamabar 1. Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan ditutup dengan penyampaian pesan motivasi kepada seluruh siswa agar senantiasa menjaga kesehatan gigi dan mulut, menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat, serta menumbuhkan kesadaran bahwa gigi yang sehat dapat menunjang rasa percaya diri melalui senyum yang ceria. Secara keseluruhan, kegiatan "Edukasi Gigi Sehat: Senyum Jadi Ceria" memberikan dampak positif dalam

meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak dini.



Gamabar 2. Foto Bersama dan Penutupan.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dengan judul "Edukasi Gigi Sehat, Senyum Jadi Ceria" yang dilaksanakan di SDN 24 Sungai Kakap berjalan dengan lancar dan memberikan dampak positif bagi peserta. Berdasarkan materi yang telah di sampai kan Siswa menjadi lebih memahami cara menyikat gigi yang benar, waktu yang tepat untuk menyikat gigi, serta kebiasaan yang dapat menjaga kesehatan gigi dan mencegah terjadinya masalah gigi dan mulut. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berhasil meningkatkan kesadaran dan sikap positif siswa terhadap perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya dalam perawatan gigi dan mulut. Kegiatan ini diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan serta didukung oleh peran guru dan orang tua agar perilaku menjaga kesehatan gigi dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Kepala sekolah SDN 24 Sungai Kakap yang telah memberi izin dan membantu dalam persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dan kepada anak-anak SDN 24 Sungai Kakap yang bersedia ikut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

REFERENSI

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2023. Pontianak: Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat.

Hidayat, A. A. (2020). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Panduan Upaya Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak Usia Sekolah. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kemenkes RI.

Petersen, P. E. (2022). The global burden of oral diseases and risks to oral

health. Geneva: World Health Organization.

Suryani, D. (2021). Pendidikan kesehatan gigi pada anak usia sekolah dasar sebagai upaya pencegahan karies. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 16(2), 85–92.

World Health Organization. (2023). Oral health. Geneva: World Health Organization.