

## Penyuluhan Cara Menggosok Gigi Yang Baik Dan Benar Di SDN 200209/25 Sitamiang Kota Padangsidempuan Tahun 2023

<sup>1</sup>Asnil Adli Simamora, <sup>2</sup>Kombang Ali Yasin, <sup>3</sup>Nanda Suryani Sagala

<sup>1,2,3</sup>Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana  
Universitas Aufa Royhan Kota Padangsidempuan  
[asniladli@gmail.com](mailto:asniladli@gmail.com)

### ABSTRAK

Menyikat gigi merupakan suatu kegiatan yang dilakukan setiap hari pada pagi dan sore hari untuk menghilangkan kotoran atau serpihan (serpihan) yang menempel pada permukaan gigi, terutama yang menempel pada permukaan gigi. Dalam proses ini metode penyampaian yang digunakan adalah demonstrasi yaitu suatu cara penyajian, pemahaman, gagasan dan tanya jawab yang disusun secara matang untuk menunjukkan bagaimana melakukan suatu tindakan, adegan atau menggunakan suatu prosedur. Penyuluhan ini diikuti oleh 20 siswa kelas 1 SDN 200209/25 Kota Padangsidempuan. Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa siswa melakukan demonstrasi menyikat gigi dengan baik dan benar dalam waktu yang bersamaan. Siswa mampu mendemonstrasikan cara menyikat gigi yang benar dan mampu menjelaskan kembali alasan tidak menyikat gigi serta manfaat menyikat gigi dengan baik dan benar. Kata Kunci: Menyikat gigi, penyebab dan manfaat menyikat gigi

**Kata kunci : Menyikat gigi, Manfaat Menyikat Gigi, Demonstrasi Menyikat Gigi**

### ABSTRACT

*Brushing teeth is an activity that is carried out every day in the morning and evening to remove dirt or debris (splinters) attached to the surface of the teeth, especially those attached to the surface of the teeth. In this process, the delivery method used is demonstration, namely a way of presenting, understanding, ideas and questions and answers that are carefully prepared to show how to carry out an action, scene or use a procedure. This counseling was attended by 20 grade 1 students of SDN 200209/25 Padangsidempuan City. The results of the counseling showed that students carried out a demonstration of brushing their teeth properly and correctly at the same time. Students are able to demonstrate how to brush their teeth correctly and are able to explain again the reasons for not brushing their teeth and the benefits of brushing their teeth well and correctly.*

**Keywords : Brushing teeth, causes and benefits of brushing teeth**

### 1. PENDAHULUAN

Menyikat gigi adalah tindakan untuk menyingkirkan kotoran atau debris (serpihan) yang melekat pada permukaan gigi, terutama melekat pada permukaan gigi, dilakukan setelah makan pagi dan malam sebelum tidur sehingga mengurangi masalah kesehatan gigi (Antika, 2018). Apabila menggosok gigi dilakukan diwaktu yang salah maka akan muncul penyakit baru pada gigi, salah satunya adalah karies gigi (Kemenkes, 2016). Menyikat gigi adalah salah satu metode perawatan kesehatan gigi yang perlu dilakukan secara rutin. Selain itu, penting pula untuk memperhatikan cara menyikat gigi yang benar demi menjaga kesehatan gigi dan mulut secara

keseluruhan. Pada dasarnya, cara menyikat gigi yang benar dapat dilakukan melalui beberapa tahap, mulai dari memilih sikat gigi dan pasta gigi yang tepat, memperhatikan posisi sikat gigi, menyikat gigi secara perlahan, membersihkan permukaan lidah, hingga menggunakan benang gigi dan berkumur manfaatnya adalah menghilangkan kotoran dan sisa makanan sehingga dapat mencegah penyakit gigi dan mulut. Tujuan menyikat gigi adalah membersihkan mulut dari sisa makanan agar sisa-sisa makanan tidak berlangsung lama, sehingga kerusakan gigi dapat dihindari.

Tingginya masalah kesehatan gigi disebabkan oleh kurangnya kebiasaan menyikat gigi dengan baik dan benar. Sikap kurang peduli terhadap kesehatan gigi dan mulut termasuk

menjadikan prioritas menjadi salah satu penyebab tingginya masalah kesehatan gigi. Padahal gigi dan mulut merupakan pintu gerbang masuknya kuman dan bakteri dan mengganggu kesehatan organ tubuh lainnya. Upaya kesehatan gigi ditinjau dari aspek lingkungan, pengetahuan, pendidikan, kesadaran masyarakat dan penanganan kesehatan gigi termasuk pencegahan dan perawatan. Salah satunya upaya peningkatan pengetahuan masyarakat adalah dengan melakukan penyuluhan. Tujuan Penyuluhan adalah untuk meningkatkan pengetahuan individu, kelompok, dan masyarakat sehingga dapat diterapkan perilaku sehat (Fitriani, 2011). Tujuan penyuluhan kali ini ialah supaya peserta didik dapat menerapkan prinsip-prinsip pencegahan penyakit pada gigi.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan gigi di SDN 200209/25 Padangsidempuan dipersiapkan sebelum acara kegiatan dimulai dengan menunjukkan SAP. Tempat sudah dipersiapkan sebelum melakukan penyuluhan di SDN 200209/25 Padangsidempuan

Pada awal pelaksanaan kegiatan, kelompok mengawali dengan meminta izin kepada kepala sekolah SDN 200209/25 Padangsidempuan, setelah kelompok mendapatkan izin kelompok mempersiapkan materi dan alat yang digunakan untuk kegiatan sosialisasi tersebut. Kegiatan ini bertujuan untuk mahasiswa memberikan pengetahuan dan keterampilan informasi pendidikan kesehatan gigi kepada SDN 200209/25 Padangsidempuan.

Adapun kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan pre-planning /SAP. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan sesuai waktu yang disepakati yaitu hari Kamis, 30 November 2023, Pukul (08.00-10.00) di SDN 200209/25 Padangsidempuan yang berperan dalam penyuluhan kali ini yaitu Ketua (Amalan Saleh Dalimunthe), Anggota (Adillah Afyah Zalpa, Aulia Rahmi Siregar, Aisyah Fitri Siregar, Selpi Yani Sihombing, Nina Kamalia, Putri Karmila, M. Ridho Maulana).

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar audien aktif, pada saat kegiatan akhir para siswa/i mendemonstrasikan cara menyikat gigi dengan baik dan benar dilakukan diluar kelas dan mampu menjelaskan penyebab dari tidak menyikat gigi dan manfaat menyikat gigi. Media yang digunakan dengan Phantom, LCD, Spanduk Serta penguat suara dan Laptop dapat berfungsi dengan baik.

## 3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada siswa-siswi SDN 200209/25 Padangsidempuan dilakukan pertama kali dengan melakukan peninjauan lokasi kegiatan pengabdian pada bulan November 2023 tang selanjutnya dilakukan diskusi dengan Kepala Sekolah dan guru SDN 200209/25 Padangsidempuan. Dari diskusi yang telah dilakukan, didapatkan informasi dan kesimpulan:

Saat ini siswa-siswi di SDN 200209/25 Padangsidempuan adalah usia sekolah yaitu antara 6-7 tahun.

Siswa-siswi SDN 200209/25 Padangsidempuan banyak yang mengalami gigi berlubang dan sakit gigi. Penyuluhan dilakukan dengan cara mengumpulkan 20 orang siswa-siswi diruang kelas. Siswa-siswi sangat antusias menyambut dan mengikuti kegiatan yang kami lakukan dan mampu mempraktekkan cara menyikat gigi yang baik dan benar.

## 4. REFERENSI

- Alwi, F., Setiawan, Asrizal. (2018). Quality of life of patients with wnd-stoma in Medan: A phenomenological study. *Belitung Nursing Journal*, 4(1), 8-12.
- drg Ircham Machfoedz, MS. 2018. Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut Pada Anak-Anak dan Ibu Hamil. Yogyakarta :
- Fitramaya. Khasanah, N., Susanto, H., & Rahayu, W. (2019). Gambaran Kesehatan Gigi dan Mulut Serta Perilaku Menggosok Gigi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 9(4), 327-334.
- Nurjaini, I. (2014). Hubungan Pengetahuan Anak Tentang Kesehatan Gigi Dengan Perilaku Menggosok Gigi Pada Anak Usia Sekolah Kelas 5-6 di SDN 01 Jaticempaka. Jakarta : *Jurnal Afiat*, Vol II Edisi 01 Universitas Islam Asyafi'iyah.
- Risti Afiati, Rosihan Adhani, Karina Ramadhani, Sherli Diana, 2014. Hubungan Perilaku Ibu Tentang Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut Terhadap Status Karies Gigi Anak. *Dentino (Jur. Ked. Gigi*, Vol II. No.1 Maret 2017
- Riyanti E. (2005) Pengenalan dan Perawatan Kesehatan Gigi Anak Sejak Dini. *Jurnal Kedokteran Gigi Anak (Diakses 27 November 2019)*
- Ramadhani, H. (2017). Pentingnya Menjaga

Kesehatan Gigi dan Mulut. Yogyakarta :  
Penerbit Buku Deepublish CV. Budi  
Utomo

## 5. DOKUMENTASI KEGIATAN

