

Rahasia Senyum Sehat: Edukasi Menggosok Gigi untuk Anak-Anak

The Secret to a Healthy Smile: Tooth Brushing Education for Children

¹⁾Divi Talitha Olivia Sandra, ^{2*)}Retno Kusniati

¹⁾Departemen Ilmu Kesehatan Gigi Masyarakat Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Muhammadiyah Semarang, 50273, Indonesia

²⁾Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Muhammadiyah Semarang, 50273, Indonesia

*email korespondensi: drg.retno@unimus.ac.id

No hp: +62 812 2936 152

DOI:

[10.30595/jppm.v10i2.28788](https://doi.org/10.30595/jppm.v10i2.28788)

Histori Artikel:

Diajukan:

17/11/2025

Diterima:

24/07/2026

Diterbitkan:

27/07/2026

Abstrak

Gangguan pada gigi dan mulut dapat berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari dan mengganggu aktivitas sekolah. Upaya pencegahan terjadinya gangguan kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan melalui sikat gigi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan praktik menggosok gigi dengan benar dari dini sehingga akan terbiasa dan terbawa hingga nanti. Pengabdian masyarakat oleh 32 siswa yang dilaksanakan dalam beberapa tahap seperti menyiapkan materi edukasi serta alat peraga sikat gigi. Kemudian dilanjutkan dengan memberikan edukasi menjaga kebersihan gigi dan mulut dengan gosok gigi dan demonstrasi teknik gosok gigi yang benar selanjutnya diakhiri dengan evaluasi dilakukan dengan membagikan kuesioner pengetahuan. Nilai mean meningkat dari 4,44 menjadi 9 setelah diberikan edukasi. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi ($p=0,000$). Siswa-siswi memahami materi yang disampaikan dan dapat mempraktikkan gosok gigi dengan benar. Pengetahuan siswa meningkat dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi.

Kata kunci: Anak; Edukasi; Kesehatan mulut



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Dental and oral health problems can negatively impact daily life and disrupt school activities. Prevention of dental and oral health problems can be done through toothbrushing. This community service activity aims to provide education and practice proper tooth brushing from an early age so that it will become a habit and carried over into later life. Community service by 32 students was carried out in several stages such as preparing educational materials and toothbrush demonstrations. Then continued with providing education on maintaining dental and oral hygiene by brushing teeth and demonstration of correct tooth brushing techniques, then concluded with an evaluation conducted by distributing knowledge questionnaires. The mean value increased from 4.44 to 9 after being given education. The results of the analysis showed a significant difference in knowledge after being given education ($p = 0.000$). Students understood the material presented and were able to practice brushing teeth

correctly. Students' knowledge increased as seen from the significant difference in knowledge after being given education.

Keywords: *Education; Oral health; Children*

Pendahuluan

Kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu kondisi dimana jaringan keras dan jaringan lunak yang terdapat dalam rongga mulut dalam keadaan sehat, bebas dari segala penyakit serta gangguan estetik. Hal ini memungkinkan seorang individu tidak mengalami gangguan dalam berbicara, mencerna makanan serta berinteraksi dengan individu lain (Suratri et al., 2021). Gangguan pada gigi dan mulut dapat berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari dan mengganggu aktivitas sekolah. Masalah kesehatan gigi dan mulut merupakan penyakit yang dialami hampir dari setengah populasi penduduk dunia sebesar 3,58 milyar jiwa terutama masalah karies gigi (Damasceno 2016). Menurut survey kesehatan Indonesia 2023 prevalensi karies pada anak usia 3-4 tahun hingga 78,3%, sedangkan usia 5-9 tahun sebanyak 84,8%. Meski prevalensi karies mengalami penurunan dari tahun sebelumnya (3-4 tahun : 81,5%, 5-9 tahun : 92,6%) angka tersebut masih tinggi dari harapan (RISEKDAS 2018).

Upaya pencegahan terjadinya gangguan kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan melalui perilaku pemeliharaan yang paling utama dan dianjurkan dengan cara menyikat gigi (Purwaningsih et al., 2022; Supariani et al., 2024). Tindakan mudah menggunakan sikat gigi dan pasta gigi untuk menyikat gigi guna menghilangkan partikel makanan dan plak, karena inilah penyebab utama karies gigi. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan kebiasaan menyikat gigi sejak dini (Novita 2025). Kebersihan mulut

yang baik dan penggunaan pasta gigi berfluoride merupakan faktor terpenting dalam pencegahan karies gigi. Anak-anak prasekolah yang orang tuanya mulai merawat gigi mereka pada tahun pertama kehidupannya, dan yang orang tuanya membantu mereka menyikat gigi, terbukti memiliki status kesehatan mulut yang lebih baik dan skor dmft yang lebih rendah. Orang tua harus mengawasi anak-anak berusia 2-7 tahun saat menyikat gigi dan harus memastikan bahwa hanya pasta gigi berfluoride yang digunakan dalam jumlah kecil, seukuran kacang polong, dan menghindari pasta gigi tertelan (Larasati, Kusnaeni dan Kasron 2025).

Studi sebelumnya membuktikan bahwa menyikat gigi di bagian lingual dan palatal dengan memperhatikan frekuensi menyikat gigi, penggunaan sikat gigi interdental serta pola makan dapat menurunkan prevalensi periodontitis (Yang et al., 2021). Kurangnya menyikat gigi dan flossing diidentifikasi sebagai faktor risiko potensial untuk periodontitis (Relvas et al., 2022). Studi kohort prospektif pada anak usia 2 dan 3 tahun menunjukkan peningkatan karies secara signifikan bagi yang menyikat gigi kurang dari dua kali sehari (Boustedt et al., 2020). Membiasakan diri menggosok gigi sejak dini merupakan langkah penting dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Kebiasaan ini dapat mencegah berbagai masalah gigi dengan mulai dari usia yang sangat muda, anak-anak akan terbiasa dengan rutinitas ini dan membawa kebiasaan baik tersebut hingga dewasa. Oleh karena itu kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk

memberikan edukasi dan praktik menggosok gigi dengan benar dalam upaya membantu mencegah terjadinya masalah kesehatan gigi dan mulut.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut melalui edukasi tentang teknik gosok gigi yang benar. Kegiatan ini akan difokuskan pada anak-anak sekolah dasar sebagai target utama karena kebiasaan yang baik sebaiknya dimulai sejak dini. Pengabdian masyarakat dilakukan di kelas 5 SDN Sukorejo 2 Gunungpati yang diikuti oleh 32 siswa. Kegiatan ini akan dilaksanakan dalam beberapa tahap sebagai berikut:

1. Persiapan

Menyiapkan materi edukasi dalam bentuk presentasi dan video animasi. Menyediakan alat peraga seperti model gigi dan sikat gigi.

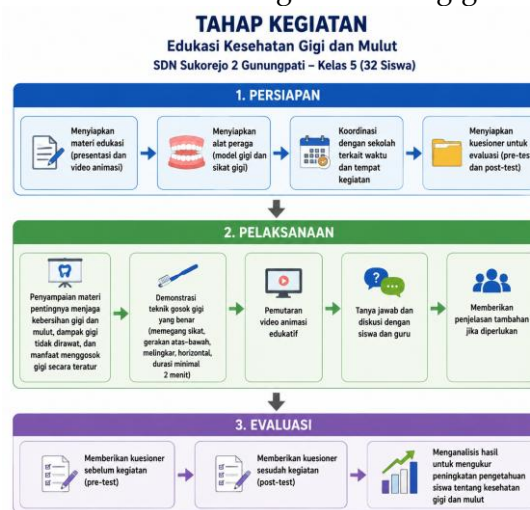
2. Pelaksanaan

Edukasi menjelaskan pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut, dampak dari gigi yang tidak dirawat, dan manfaat dari menggosok gigi secara teratur. Selanjutnya diberikan demonstrasi teknik gosok gigi yang benar menggunakan model gigi besar untuk memperagakan cara gosok gigi yang benar meliputi cara memegang sikat gigi, gerakan sikat gigi (atas ke bawah, melingkar dan horizontal), durasi yang ideal (minimal 2 menit). Kegiatan terakhir ditampilkan video animasi edukatif yang menarik perhatian anak-anak dan memudahkan pemahaman mereka. Kegiatan ini juga dibuka sesi tanya jawab untuk anak-anak dan guru

mengenai kesehatan gigi dan mulut serta memberikan penjelasan tambahan jika diperlukan.

3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan membagikan kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan untuk mengukur peningkatan pengetahuan anak-anak tentang kesehatan gigi.



Gambar 1. Tahap pelaksanaan kegiatan

Hasil dan Pembahasan

Hasil pengabdian masyarakat berhasil meningkatkan pengetahuan siswa-siswi. Nilai mean sebelum diberikan edukasi yaitu 4,44 meningkat menjadi 9 setelah diberikan edukasi. Nilai maksimal diawal mendapat 7 kemudian naik menjadi 10 setelah diberi edukasi. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan setelah diberikan edukasi ($p=0,000$) (Tabel 1). Selain bukti dari data, keberhasilan dari kegiatan ini dapat dilihat dari observasi bahwa antusias siswa-siswi ketika mengikuti kegiatan. Siswa-siswi aktif merespon ketika pembicara mengajak diskusi. Hal ini dilakukan supaya acara berjalan secara dua arah sehingga siswa-siswi lebih memahami materi yang disampaikan. Respon dari anak-anak

menandakan bahwa stimulus-stimulus yang diberikan oleh tim pengabdian saat pemberian edukasi dilakukan ditangkap oleh mereka.

Selain aktif saat disampaikan materi, sebagian besar siswa-siswi juga mampu melakukan praktik gosok gigi dengan baik seperti yang telah diajarkan. Hal ini dapat diartikan bahwa siswa-siswa masih mampu mengingat dengan baik teknik menggosok gigi. Siswa-siswi dapat mengetahui secara jelas bagaimana bentuk gigi secara utuh dan begitu pula jika gigi berlubang.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan media phantom gigi dapat memengaruhi perilaku siswa dalam menyikat gigi (Nurmalasari et al., 2021). Edukasi gosok gigi sejak dini dapat meningkatkan pengetahuan siswa-siswi. Amila dan Hasibuan (2020) Meningkatkan kebiasaan anak-anak usia dini untuk menyikat gigi setiap hari bukanlah hal yang mudah. Namun, manfaat dari program pengabdian masyarakat ini bisa membantu mempersiapkan anak untuk belajar menjaga kesehatan gigi dan mulut secara mandiri. Partisipasi orang tua sangat penting dalam hal ini. Orang tua perlu mengajarkan dan membiasakan anak menyikat gigi dengan benar di rumah. Budiarti (2021) Orang tua yang peduli dengan perkembangan anaknya pasti akan memperhatikan kesehatan gigi anak mereka. Pandangan orang tua yang positif terhadap kesehatan gigi anak akan sejalan dengan kondisi kesehatan gigi anak tersebut (Putri Abadi dan Suparno 2019)

Melalui edukasi ini dapat melatih keterampilan anak sekolah dasar dalam

menggosok gigi yang benar sehingga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Harapannya dengan menggosok gigi yang benar dapat membantu anak-anak dalam menjaga kebersihan rongga mulut sehingga terhindar dari karies gigi maupun penyakit lainnya. Sisa makanan yang tidak langsung dibersihkan akan menempel lebih kuat pada gigi sehingga membutuhkan waktu lebih lama untuk dibersihkan. Karena alasan tersebut, maka dianjurkan menggosok gigi segera setelah makan. Apabila tidak dibersihkan maka bakteri akan mudah menempel dan berkumpul sehingga berisiko terjadi kerusakan gigi. (Sari et al., 2019; Prasada 2016).



Gambar 1. Pelaksanaan edukasi gosok gigi

Tabel 1. Peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi

Pengetahuan	Mean	Standar deviasi	Min-Max	p-value
Pre	4,44	1,268	2-7	0,000
Post	9	0,984	7-10	

Simpulan

Pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa. Rerata skor pengetahuan sebelum diberikan edukasi yaitu 4,44, kemudian meningkat menjadi 9 setelah diberikan edukasi. Hal tersebut juga dibuktikan dengan adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan setelah diberikan edukasi ($p=0,000$). Siswa-siswi antusias mengikuti kegiatan serta aktif merespon. Siswa-siswi juga mampu melakukan praktik gosok gigi dengan benar, sehingga diharapkan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Referensi

- Amila, Amila dan Eva Kartika Hasibuan. 2020. "Peningkatan Pengetahuan Anak Usia Dini Dalam Perawatan Kesehatan Gigi Dan Mulut." *Jurnal Abdimas Mutiara* 1(1):30–41.
- Boustedt, K., J. Dahlgren, S. Twetman, dan J. Roswall. 2020. "Tooth Brushing Habits and Prevalence of Early Childhood Caries: A Prospective Cohort Study." *European Archives of Paediatric Dentistry* 21(1):155–59. doi:10.1007/s40368-019-00463-3.
- Budiarti, Siti Nur Indah. 2021. "Meningkatkan Kesehatan Anak Melalui Pembiasaan Sikat Gigi Di TK Negeri Pakunden." *EDUCATIONAL : Jurnal Inovasi Pendidikan & Pengajaran* 1(1):117–23. doi:10.51878/educational.v1i1.65.
- Damasceno, Albertino. 2016. "Noncommunicable Disease." Pp. 155–57 in *The Heart of Africa*. Wiley.
- Prasada, I. Dewa Gede Bracika. 2016.

"Gambaran Perilaku Menggosok Gigi Pada Siswa Sd Kelas Satu Dengan Karies Gigi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rendang Karangasem Bali Oktober 2014." *Intisari Sains Medis* 6(1):23–33. doi:10.15562/ism.v6i1.16.

- Larasati, Anggung, Ahmad Kusnaeni, dan Kasron Kasron. 2025. "Hubungan Kebiasaan Menyikat Gigi Dengan Timbulnya Karies Gigi Pada Anak Usia 7-9 Tahun Di SD Negeri Banjaranyar 04." Universitas Al-Irsyad Cilacap.
- Novita, Adrianti Eka. 2025. "Efektifitas Kebiasaan Menyikat Gigi Pagi Sebelum Masuk Belajar Terhadap Oral Hygiene Index Simplified Siswa Sekolah Dasar Di Pulau Sarappo Lompo." Universitas Hasanuddin.
- Nurmalasari, A., S. Hidayati, dan S. Prasetyowati. 2021. "Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Phantom Gigi Terhadap Perilaku Siswa Tentang Cara Menggosok Gigi." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi (JIKG)* 3(2):416–424.
- Purwaningsih, Endang, Aisya Syarif Aini, Siti Fitria Ulfah, dan Sri Hidayati. 2022. "Literature Review: Perilaku Menyikat Gigi Pada Remaja Sebagai Upaya Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut." *Jurnal Kesehatan Gigi Dan Mulut (JKGM)* 4(1):15–23. doi:10.36086/jkgm.v4i1.819.
- Putri Abadi, Nuri Yuniar Wahyu, dan Suparno Suparno. 2019. "Perspektif Orang Tua Pada Kesehatan Gigi Anak Usia Dini." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 3(1):161.

- doi:10.31004/obsesi.v3i1.161.
- Relvas, Marta, Paula López-Jarana, Luis Monteiro, José Júlio Pacheco, Ana Cristina Braga, and Filomena Salazar. 2022. "Study of Prevalence, Severity and Risk Factors of Periodontal Disease in a Portuguese Population." *Journal of Clinical Medicine* 11(13). doi:10.3390/jcm11133728.
- RISEKDAS. 2018. "Laporan Nasional RISKESDAS 2018." *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*.
- Sari, Ni Nyoman Rai Puspita, Ika Setya Purwanti, dan I. Gede Juanamasta. 2019. "Edukasi Film Terhadap Perilaku Menggosok Gigi Pada Anak Usia 6-8 Tahun." *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat* 9(2):152–58.
- Supariani, Ni Nyoman Dewi, Ni Wayan Arini, Asep Arifin Senjaya, dan Frisca. 2024. "Tingkat Pengetahuan Tentang Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut Serta Keterampilan Menyikat Gigi Pada Siswa Kelas V SD N 10 Sumerta Denpasar Timur Tahun 2023." *JURNAL KESEHATAN GIGI (Dental Health Journal)* 11(1):32–39. <https://doi.org/10.33992/jkg.v11i1.3179>.
- Suratri, Made Ayu Lely, Telly Purnamasari Agus, dan Tince Arniati Jovina. 2021. "Gambaran Status Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Masyarakat Di Provinsi DI Yogyakarta." *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan* (May):1–10. doi:10.22435/jpppk.v5i2.5676.
- Yang, Byung Ik, Ji A. Park, Jae Young Lee, and Bo Hyoung Jin. 2021. "Effects of Lingual and Palatal Site Toothbrushing on Periodontal Disease in the Elderly: A Cross-Sectional Study." *International Journal of Environmental Research and Public Health*
- Health* 18(10). doi:10.3390/ijerph18105067.