



## Edukasi Cara Menyikat Gigi Dengan Benar dalam Pencegahan Karies Gigi pada Siswa-Siswi di SDN 03 Kabawetan

Ridho Anfal Pradillah <sup>1)</sup>; Undal Rhomadhon <sup>2)</sup>; Della Puspita Sari <sup>3)</sup>; A'izzah Al-Hasanah <sup>4)</sup>; Puput Adilla Putri Alam <sup>5)</sup>; Emi Febriani <sup>6)</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6)</sup> Universitas Dehasen Bengkulu

Email: <sup>1</sup> [ridhoanfal@gmail.com](mailto:ridhoanfal@gmail.com)

### ARTICLE HISTORY

Received [06 Januari 2026]

Revised [03 Maret 2026]

Accepted [06 Maret 2026]

### KEYWORDS

Education, Teeth, Prevention.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



### ABSTRAK

Karies gigi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada anak usia sekolah dasar, yang dapat berdampak pada kualitas hidup dan prestasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan kesehatan gigi dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku anak terkait pencegahan karies gigi. Penelitian dilakukan di SD Negeri 03 Kabawetan, Desa Sumber Sari, Kecamatan Kabawetan, Kabupaten Kepahiang, pada tahun 2025. Penyuluhan dilakukan menggunakan metode interaktif, meliputi ceramah, demonstrasi menyikat gigi yang benar, serta penggunaan media edukasi berupa video dan poster. Data dikumpulkan melalui kuesioner untuk mengukur pengetahuan, sikap, dan perilaku sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada skor pengetahuan ( $p < 0,05$ ), sikap ( $p < 0,05$ ), dan perilaku ( $p < 0,05$ ) anak terkait pencegahan karies gigi. Selain itu, siswa menunjukkan antusiasme tinggi terhadap metode penyuluhan yang melibatkan praktik langsung dan media visual. Kesimpulan dari penelitian ini adalah penyuluhan kesehatan gigi secara interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman dan membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak usia sekolah dasar.

### ABSTRACT

Dental caries is one of the health problems that often occur in elementary school children, which can have an impact on quality of life and learning achievement. This study aims to determine the effectiveness of dental health counseling in improving children's knowledge, attitudes, and behaviors related to the prevention of dental caries. The research was conducted at SD Negeri 03 Kabawetan, Sumber Sari Village, Kabawetan District, Kepahiang Regency, in 2025. Counseling was carried out using interactive methods, including lectures, demonstrations of correct brushing, and the use of educational media in the form of videos and posters. Data was collected through questionnaires to measure knowledge, attitudes, and behaviors before and after counseling. The results showed a significant increase in children's knowledge score ( $p < 0.05$ ), attitude ( $p < 0.05$ ), and behavior ( $p < 0.05$ ) related to the prevention of dental caries. In addition, students showed high enthusiasm for counseling methods that involved hands-on practice and visual media. The conclusion of this study is that interactive dental health counseling is effective in increasing understanding and forming healthy living habits in elementary school age children.

## PENDAHULUAN

Karies gigi adalah penyakit pada jaringan keras, yang meliputi enamel, dentin, dan sementum, yang disebabkan oleh aktivitas jasad renik dalam karbohidrat yang dapat difermentasikan (Abu Bakar, 2012). Penyakit karies gigi disebabkan karena terjadinya demineralisasi enamel dan dentin (Worotitjan et al, 2013). Karies gigi merupakan penyakit gigi dan mulut yang paling banyak ditemukan di masyarakat. Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar menunjukkan bahwa prevalensi penyakit karies gigi di Indonesia adalah mencapai 72,1% dari jumlah penduduk yang berjumlah 205.132.458 jiwa (Soendoro, 2008). Pola makan merupakan hal yang perlu dijaga untuk mencegah terjadinya karies. Makanan yang menyebabkan terjadinya karies disebut makanan kariogenik. Makanan kariogenik seperti: coklat, permen, roti dan susu sangat disukai oleh banyak anak-anak sekolah dasar, karena memiliki warna yang menarik, harga terjangkau dan rasa yang nikmat. Makanan kariogenik banyak mengandung gula dan bersifat lengket (Budisuari et al, 2010). Masalah lain yang harus diperhatikan untuk mencegah terjadinya karies gigi adalah kebiasaan menggosok gigi. Sisa makanan atau food debris yang ada pada permukaan gigi akan dengan cepat berubah menjadi plak apabila tidak dibersihkan dengan benar. Anak-anak SD harus memiliki kebiasaan menggosok gigi yang baik dan benar, yaitu kebiasaan menggosok gigi dengan cara dan waktu gosok gigi yang tepat.

Hal ini erat kaitan dengan proses terjadinya karies, apabila sukrosa yang tinggal dalam waktu yang lama pada rongga mulut dan tidak segera dibersihkan maka hal itu akan menyebabkan kemungkinan terjadinya penyakit karies gigi. Gosok gigi akan mengurangi kontak sukrosa dan bakteri, sehingga resiko terjadinya karies gigi akan berkurang (Budisuari et al, 2010). Karies gigi merupakan salah satu masalah kesehatan gigi yang paling umum dialami oleh anak-anak. Karies gigi adalah kerusakan pada permukaan gigi yang disebabkan oleh bakteri dan asam yang dihasilkannya. Anak-anak yang mengonsumsi makanan dan minuman manis secara berlebihan, serta tidak menjaga kebersihan gigi dengan baik, lebih

rentan terkena karies gigi. Jika tidak ditangani dengan baik, karies gigi dapat menyebabkan nyeri gigi, infeksi, dan bahkan kehilangan gigi. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk mengajarkan anak-anak mereka tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi dan menghindari makanan dan minuman manis yang berlebihan untuk mencegah karies gigi. Karies atau gigi berlubang adalah suatu penyakit yang disebabkan oleh kerusakan lapisan elemen yang bisa meluas sampai ke bagian saraf gigi yang disebabkan oleh aktifitas bakteri di dalam mulut. Gigi berlubang disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor gigi, mikroorganisme, substrat, dan waktu. Dengan adanya penyuluhan terkait karies gigi pada anak-anak diharapkan dapat Meningkatkan pengetahuan serta kesadaran seluruh siswa siswi di SDN 03 Kebawetan.

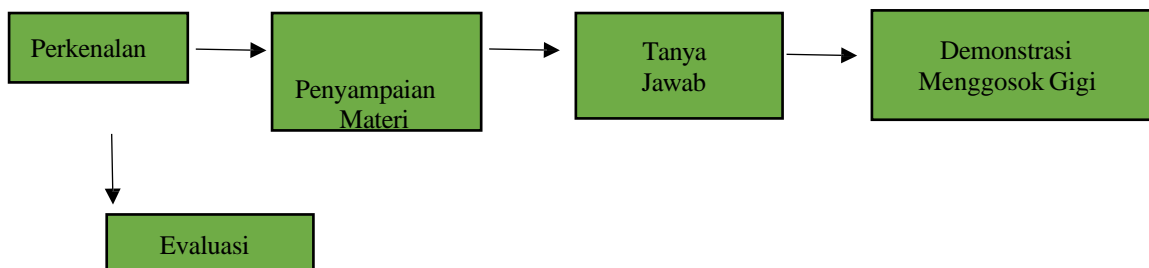
## METODE

Metode kegiatan ini dilakukan dengan metode Ceramah, diskusi, demonstrasi dan tanya jawab. Kegiatan pengabdian ini dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan siswa dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut serta mencegah karies gigi pada siswa-siswi SD N 03 Kabawetan, Kepahiang. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada bulan November 2025 yang diikuti oleh 212 orang peserta siswa siswi yang sekolah di SD N 03 Kabawetan yang meliputi beberapa tahap yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi akhir.

Pada tahap Persiapan tim melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan waktu pelaksanaan, jumlah peserta (siswa), serta izin kegiatan. Selain itu, dilakukan juga penyusunan materi edukasi, media pembelajaran (video dan alat peraga), serta perencanaan logistik dan pembagian tugas tim pelaksana.

Tahap pelaksanaan pemateri memberikan edukasi terkait pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut menggunakan media presentasi interaktif, alat peraga (model gigi dan sikat gigi besar). Materi mencakup pentingnya menjaga kebersihan gigi, waktu yang tepat untuk menyikat gigi, serta teknik menyikat gigi yang benar (misalnya metode gerakan memutar dan vertikal dari gusi ke gigi). Tim juga melakukan demonstrasi langsung dan praktik menyikat gigi dengan benar dengan sikat dan pasta gigi berfluoride yang telah di bagikan ke masing-masing siswa.

Tahap terakhir dari kegiatan ini adalah evaluasi. Evaluasi dilakukan dengan memberikan pretest dan posttest untuk mengukur sejauh mana peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti sesi penyuluhan. Kegiatan ini dianggap berhasil apabila skor pengetahuan peserta mencapai lebih dari 80%, serta terlihat aktif dalam pelaksanaan pengabdian tersebut.



Gambar 1. Diagram Alur Aktivitas Penyuluhan Karies Gigi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Anggaran Biaya Kegiatan

Adapun anggaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat mahasiswa sebagai berikut :

Tabel 1. Anggaran biaya kegiatan

Keterangan	Jumlah	Harga
Handsenitizer	7 buah	Rp.112.000
Bracket Breket Botol Pump	7 buah	Rp.29.000
Pensil	1 kotak	Rp.10.000



Buku	3 pack	Rp.90.000
Pena	1 kotak	Rp.15.000
Kertas Kado	3 buah	Rp.5.000
Kertas Kacang	2 buah	Rp.5.000
Spidol	1 buah	Rp.5.000
Isolasi	1 buah	Rp.10.000
Paku	14 buah	Rp.10.000
<b>Jumlah</b>		<b>Rp.291.000</b>

### Hasil Aktivitas

Kegiatan pengabdian masyarakat di SD Negeri 03 Kabawetan berhasil dilaksanakan dengan partisipasi 212 siswa dari kelas I hingga VI. Berdasarkan hasil evaluasi melalui pretest dan posttest, terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebesar **85%** mengenai teknik dan waktu menyikat gigi yang benar. Pada saat pretest, hanya **30%** siswa yang mampu menjelaskan langkah-langkah menyikat gigi dengan tepat, sementara pada posttest, persentase tersebut meningkat menjadi **89%**.

Selain itu, **92%** peserta dapat menyebutkan waktu yang dianjurkan untuk menyikat gigi (setelah sarapan dan sebelum tidur), yang sebelumnya hanya diketahui oleh **45%** siswa. Selama sesi demonstrasi dan praktik langsung, **95%** siswa menunjukkan kemampuan melakukan gerakan menyikat gigi dengan arah yang benar (dari gusi ke gigi) menggunakan sikat dan pasta gigi berfluoride yang telah disediakan.

Tingkat antusiasme dan partisipasi siswa selama kegiatan tergolong tinggi, ditunjukkan dengan keaktifan dalam sesi tanya jawab serta praktik mandiri. Dukungan penuh dari pihak sekolah juga turut memfasilitasi kelancaran pelaksanaan kegiatan.

### Penyelesaian Masalah

Permasalahan yang ditemukan pada siswa-siswi SDN 03 Kabawetan adalah rendahnya pengetahuan mengenai cara menyikat gigi yang benar, kurangnya pemahaman tentang waktu menyikat gigi yang tepat, serta masih banyaknya siswa yang belum mengetahui dampak buruk jika tidak menjaga kebersihan gigi dan mulut. Kondisi ini disebabkan oleh minimnya edukasi langsung dan belum adanya pembiasaan yang terstruktur di lingkungan sekolah.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilakukan kegiatan edukasi menggunakan metode ceramah dan pemberian materi. Metode ceramah digunakan untuk memberikan penjelasan secara lisan, sederhana, dan mudah dipahami oleh siswa. Penyampaian materi meliputi:

1. Pengertian kebersihan gigi dan mulut.
2. Pentingnya menyikat gigi dua kali sehari.
3. Waktu yang tepat untuk menyikat gigi (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur).
4. Langkah-langkah teknik menyikat gigi yang benar.
5. Dampak buruk jika tidak menjaga kebersihan gigi.

Materi edukasi diperkuat dengan media visual seperti poster, gambar, dan video pendek yang membantu siswa memahami isi ceramah. Selanjutnya, dilakukan demonstrasi sederhana menggunakan gambar langkah-langkah menyikat gigi agar siswa dapat memahami urutannya dengan lebih jelas meskipun tanpa praktik langsung dengan alat peraga besar.

Setelah ceramah dan pemaparan materi selesai, siswa diberikan waktu untuk bertanya dan menjawab (tanya jawab) sehingga mereka dapat mengonfirmasi pemahaman dan memperdalam materi yang disampaikan. Siswa menunjukkan peningkatan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan setelah mengikuti kegiatan edukasi. Pendekatan kombinasi penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, serta evaluasi terbukti menjadi solusi efektif dalam menyelesaikan masalah yang ditemukan pada awal kegiatan.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai cara menyikat gigi yang benar terbukti memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa sekolah dasar tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Melalui

pendekatan interaktif yang melibatkan penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung, siswa menjadi lebih memahami waktu dan teknik yang tepat dalam menyikat gigi. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat, sehingga mampu mencegah terjadinya karies gigi sejak dini. Dengan adanya dukungan dari pihak sekolah dan keterlibatan guru dalam kegiatan ini, edukasi kesehatan gigi dapat diteruskan secara berkelanjutan untuk menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Kepala Sekolah dan Guru SDN 03 Kabawetan yang telah memberikan dukungan sehingga kami dapat menyelenggarakan edukasi dan demonstrasi mengenai cara menyikat gigi dengan baik dan benar dalam upaya pencegahan karies gigi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Centers for Disease Control and Prevention. (2021) Childrens Oral Health. Retrieved from: <https://www.cdc.gov/oralhealth/basics/childrens-oral-health/index.html>.
- Chrismilasari, L. A., Gabrilinda, Y., & Martini, M. (2020). Penyuluhan menggosok gigi pada anak sekolah dasar teluk dalam ii banjarmasin. *Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM)*, 1(2), 91-97.
- Febria, N.D., & Arinawati, D.Y. (2020). Penyuluhan dan Pelatihan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Semnas PPM 2020*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Jatmika, S. E. D., & Maulana, M. (2018). Dental and Oral Health Education for Elementary School Students through Patient Hygiene Performance Index Indicator. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 7(4), 259-263.
- Parmar, P., Radha, G., Rekha, R., Pallavi, SK., & Nagashree, SR. (2016), Promoting Oral Hygiene and Health Through School. *International Journal of Oral Health Sciences*. [https://doi: 10.4103/2231-6027.199989](https://doi.org/10.4103/2231-6027.199989)
- Pradita 2015, Widodorini T & Rachmawati R. Perbedaan tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar di kota (SDN Purwantoro 1 Malang) dan di desa (SDN Sukopuro 3 Kabupaten Malang).
- Sadia,E.N.,Fahriansyah.,Epitriana.P.,Rustandi.H.,dkk (2024) Penyuluhan Karies Gigi Pada Anak Usia Dasar Di SDN 03 Kabawetan Desa Sumbersari Kecamatan Kabawetan Kabupaten Kepahiang Tahun 2025. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*
- Suryawati, I., Bakhtiar, & Abdullah, A. (2016). Cakupan Imunisasi Dasar Anak Ditinjau Dari Pendekatan Health Belief Model. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1).
- Yulistina, Y., Arsad, A., Yasin, S. A., Zulkaidah, U., & Dirman, R. (2023). Penyuluhan Kesehatan Gigi Dan Mulut Dirangkaikan Dengan Sikat Gigi Massal Di SDN 7 Arawa. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 4075-4078.