

JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

LAPORAN PELAKSANAAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

PENCEGAHAN KARIES SEDINI MUNGKIN DENGAN CARA MENGgosok GIGI PADA SISWA-SISWI DI TK PANCARAN KASIH DAN IMAN YAYASAN GEREJA GEPEMBRI DI JALAN SIAGA DUSUN SIAGA DESA SUNGAI RAYA KABUPATEN KUBU RAYA TAHUN 2019

Alexandera^a, Telly Katharina^b, Anastasia lina^c, Margaretha Ita^d, Putri Mardiantini^e

Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak
Email korespondensi : akbidpbpontianak@gmail.com

Abstrak

Hasil penelitian Depkes pada tahun 2013 mengatakan bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia sudah menggosok gigi, namun hanya sedikit masyarakat yang memiliki kebiasaan yang benar dalam menggosok gigi. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 menyebutkan bahwa rata-rata penduduk Indonesia anak usia 6-12 tahun bermasalah pada kesehatan gigi dan mulut. Tujuan pengabdian untuk mencegah terjadinya karies gigi pada Siswa-Siswi di TK Pancaran Kasih Dan Iman Yayasan Gereja Gepembri Di Jalan Siaga Dusun Siaga Desa Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya tahun 2019. Metode yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dengan penyuluhan dan praktek tentang cara menggosok gigi yang benar guna mencegah terjadi nya karies. Hasil setelah mendapatkan penyuluhan dan bersama-sama melaksanakan gosok gigi bersama, siswa-siswi di TK Pancaran Kasih Dan Iman Yayasan Gereja Gepembri Di Jalan Siaga Dusun Siaga Desa Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya menjadi termotivasi untuk rajin menggosok gigi dengan benar serta bersedia mengikuti anjuran untuk rajin mengontrol kesehatan gigi setiap 6 bulan ke dokter atau perawat gigi.

Kata kunci : pencegahan karies sedini , menggosok gigi, siswa-siswi TK

PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut adalah salah satu masalah kesehatan yang membutuhkan penanganan yang berkesinambungan karena memiliki dampak yang sangat luas, sehingga perlu penanganan khusus sebelum terlambat

(Siti, 2014). Ketepatan menggosok gigi adalah hal terpenting pada perawatan gigi. Menurut data, pemahaman masyarakat dalam memelihara kesehatan gigi masih tergolong rendah. Hasil penelitian Depkes pada tahun

2013 mengatakan bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia sudah menggosok gigi, namun hanya sedikit masyarakat yang memiliki kebiasaan yang benar dalam menggosok gigi. Hiranya (2013) menyatakan bahwa menggosok gigi yang tepat dilakukan pada pagi hari setelah makan dan sebelum tidur malam, hal itu dikarenakan agar sisa-sisa makanan tidak menempel di email gigi yang kemudian akan menjadi plak membandel dan dapat menjadi faktor pencetus terjadinya karies gigi. Menggosok gigi tidak hanya dilakukan pada pagi dan malam hari saja, sebenarnya menggosok gigi harus dilakukan setiap kali setelah makan, namun karena pada siang hari dan sore hari sebagian besar orang melakukan kegiatan di luar rumah dan tidak harus membawa sikat gigi dan pasta gigi, maka gosok gigi dapat dilakukan hanya pagi hari dan malam hari saja asalkan gosok gigi dilakukan dengan tepat dan cermat.

Cara yang cermat yang dimaksud adalah menggosok gigi dengan teknik, dan bahan yang tepat. Teknik menggosok gigi harus dapat membersihkan semua permukaan gigi dan gusi, pergerakan sikat tidak boleh merusak jaringan gusi atau menyebabkan abrasi pada gigi, dan menggosok gigi harus memperhatikan sikat gigi dan pasta gigi. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 menyebutkan bahwa rata-rata penduduk Indonesia anak usia 6-12 tahun bermasalah pada kesehatan gigi dan mulut. Anak usia 11-12 tahun juga merupakan periode kritis dalam pemeliharaan dan peningkatan gaya hidup seseorang. Pada tahap ini terjadi peningkatan proses metabolisme yang mengakibatkan kebutuhan energi meningkat, meningkatnya

kebutuhan energi menyebabkan perilaku mengkonsumsi makanan atau mengemil pada anak juga meningkat dan pola makan yang tidak teratur dibandingkan usia anak lainnya sehingga resiko terjadinya karies gigi pada usia ini meningkat (Santrock, 2011)

Listiono (2012), menjelaskan bahwa di Indonesia persentase kebiasaan anak menggosok gigi dengan tepat masih sangat kurang, 94,8% anak sekolah usia 10-12 tahun memiliki kebiasaan menggosok gigi setiap hari, 73,4% menggosok gigi setelah makan pagi, dan hanya 26,6% menggosok gigi sebelum tidur. Prevalensi karies gigi di Indonesia sebesar 53,2% atau setara dengan 93.998.727 jiwa yang menderita karies gigi, sedangkan persentase penderita karies gigi pada anak usia sekolah di Jawa Timur sebesar 27,2% (RISKESDAS, 2013). Penelitian lain yang berhubungan dengan ketepatan menggosok gigi menyatakan sebagian besar anak usia 9-12 tahun di Surabaya sudah rajin menggosok gigi setiap hari, namun persentase penduduk yang menggosok gigi dengan tepat hanya 4,8% (Siti, 2014). Menggosok gigi dengan tepat adalah melakukan kebiasaan menggosok gigi dengan cara dan waktu yang tepat yaitu setelah makan di pagi hari dan sebelum tidur malam. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2012) yang berjudul “Kebiasaan Menggosok Gigi Sebelum Tidur Dengan Karies Gigi” didapat hasil yaitu 49,2% siswa yang mengalami karies gigi. Hasil survey awal yang dilakukan pada 9 Januari 2017 di SDN Bulak Rukem II terhadap 10 siswa, setelah peneliti melihat gigi 10 orang siswa (100%), dan didapatkan hasil bahwa 5 dari 10 siswa (50%) menderita karies gigi. 25% mengalami stadium ringan, 10% mengalami

stadium sedang, dan 15% mengalami stadium berat. Dan peneliti bertanya pada siswa berapa kali menggosok gigi tiap hari dan bagaimana cara mereka menggosok gigi, peneliti mendapat jawaban hanya 30% yang melakukan gosok gigi pada pagi hari setelah makan dan sebelum tidur pada malam hari, dan 20% sisanya melakukan gosok gigi hanya 1 kali sehari.

Ketepatan menggosok gigi juga berpengaruh dalam peningkatan karies pada anak. Cara, alat, dan bahan menggosok gigi yang salah justru akan mengakibatkan kerugian yang tidak diharapkan. Waktu yang tepat menggosok gigi adalah pagi hari setelah makan, dan malam hari sebelum tidur. Menggosok gigi setelah makan ditujukan agar sisa-sisa makanan tidak menempel di gigi yang kemudian akan menjadi plak, sedangkan menggosok gigi di malam hari sebelum tidur karena saat malam, terjadi interaksi bakteri yang berasal dari sisa makanan setelah makan malam, jika tidak dibersihkan bakteri ini akan bertumpuk dan menjadi plak. Plak yang menumpuk di email gigi jika dibiarkan terlalu lama maka akan terjadi karies pada gigi (Hiranya dkk, 2013). Karies gigi merupakan sebuah penyakit infeksi yang merusak struktur gigi, penyakit ini dapat menyebabkan gigi berlubang. Jika tidak ditangani, penyakit ini akan menyebabkan nyeri, gangguan tidur, penanggalan gigi, berbagai kasus berbahaya dan bahkan kematian. Pada tahap lanjut, kerusakan gigi mulai menembus pada saraf gigi, setelah saraf rusak, maka dapat terjadi infeksi yang ditandai dengan adanya peradangan dan rasa nyeri, kemudian akan timbul nanah di dalam gusi seperti jerawat, nanah yang muncul di gusi akan mencari

jalan keluar, nanah itu akan mengarah pada organ yang lebih lunak untuk ditembus. Kemudian nanah itu juga akan turun ke akar gigi dan mengalir melalui pembuluh darah mengisi rongga wajah, hal ini dapat mengakibatkan bengkak di area pipi sampai mata. Kemudian infeksi yang telah terjadi, jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat, maka akan menyebabkan sepsis, dimana tubuh akan berespon terhadap infeksi. Setelah terjadi sepsis, maka dengan segera akan terjadi malfungsi organ, dan hal ini dapat menyumbat jalan nafas akibat pembengkakan di dasar mulut, sehingga lidah akan terangkat. Dalam hitungan hari saja sepsis dapat mengakibatkan kematian (Listiono, 2012).

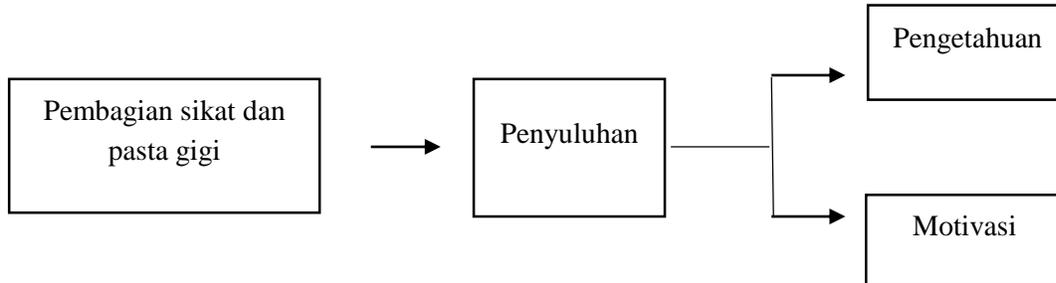
Karies gigi dapat dicegah agar tidak sampai terjadi keparahan yang lebih luas. Ada berbagai macam cara untuk mencegah karies gigi, antara lain atur makanan yang dikonsumsi tiap hari, hindari makanan yang mengandung banyak gula, karbohidrat, dan makanan yang mengandung kariogenik, kontrol plak yang ada di gigi dengan cara gosok gigi setiap hari dua kali per hari, lakukan kumur dengan menggunakan obat kumur, sering periksa ke dokter gigi dan gunakan pasta gigi yang mengandung fluor (Tarigan, 2016).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2012) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara cara menggosok gigi dengan karies gigi. Dari pemaparan di atas, terdapat penjelasan persentase anak yang menderita karies dan dampak buruk dari karies, oleh karena itu peneliti meneliti hubungan antara ketepatan menggosok gigi dengan stadium karies gigi pada anak kelas 5 dan 6. Kebaruan pada penelitian ini adalah,

peneliti mengembangkan dari hasil penelitian sebelumnya, peneliti ingin mengetahui

apakah ada hubungan dari ketepatan menggosok gigi dengan stadium karies.

METODE



Uraian pemecahan masalah dapat dilihat pada tabel di atas dengan cara menganjurkan Siswa-Siswi TK Pancaran Kasih Dan Iman Yayasan Gereja Gepembri Di Jalan Siaga Dusun Siaga Desa Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya untuk rajin

melakukan pemeriksaan kesehatan gigi setiap 6 bulan dan memberi sikat dan pasta gigi serta penyuluhan tentang cara menggosok gigi yang benar guna mencegah terjadinya karies

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Adapun tahap-tahap yang dilakukan dalam melaksanakan Pengabdian kepada masyarakat di TK Pancaran Kasih Dan Iman Yayasan Gereja Gepembri Di Jalan Siaga Dusun Siaga Desa Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya adalah sebagai berikut :

1. Setelah mengajukan proposal kegiatan PKM tim kemudian mengajukan surat izin kepada pimpinan RB Windiyati dan kepada kepala sekolah TK Pancaran Kasih Dan Iman Yayasan Gereja Gepembri Di Jalan Siaga Dusun Siaga Desa Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya,
2. Setelah disetujui selanjutnya menentukan waktu dan pelaksanaan kegiatan

3. Meminta tanda tangan kepada kepala sekolah TK Pancaran Kasih Dan Iman Yayasan Gereja Gepembri Di Jalan Siaga Dusun Siaga Desa Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya yang telah mengizinkan untuk pelaksanaan kegiatan pencegahan karies gigi dengan cara menggosok gigi.

PEMBAHASAN

Sebagian dari siswa-siswi memiliki karies gigi. Hal ini dikarenakan kurangnya kesadaran untuk gosok gigi serta kurangnya pengetahuan tentang cara pencegahn terjadinya karies gigi dengan menggosok gigi yang benar.

Setelah mendapatkan penyuluhan dan bersama-sama melaksanakan gosok gigi bersama, siswa-siswi di TK Pancaran Kasih Dan Iman Yayasan Gereja Gepembri Di Jalan Siaga Dusun Siaga Desa Sungai Raya

Kabupaten Kubu Raya menjadi termotivasi untuk rajin menggosok gigi dengan benar. serta bersedia mengikuti anjuran untuk rajin

KESIMPULAN

Setelah selesai kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan dilakukan evaluasi kegiatan, maka dapat dibuat simpulan dan saran

Simpulan atas pembahasan meliputi :
1) Karies atau lubang gigi adalah sebuah penyakit dalam rongga mulut yang diakibatkan oleh aktivitas perusakan bakteri terhadap jaringan keras gigi (email, dentin dan sementum). 2) Penyebab karies yaitu bakteri *Streptococcus mutans* dan *Lactobacilli*. Bakteri spesifik inilah yang mengubah glukosa dan karbohidrat pada makanan menjadi asam melalui proses fermentasi. Asam terus diproduksi oleh

mengontrol kesehatan gigi setiap 6 bulan ke dokter atau perawat gigi.

bakteri dan akhirnya merusak struktur gigi sedikit demi sedikit. Kemudian plak dan bakteri mulai bekerja 20 menit setelah makan
3) Pencegahan yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya karies gigi antara lain adalah, menyikat gigi dengan pasta gigi yang mengandung fluor, menjaga kebersihan gigi dengan menyikat gigi dengan benar, fissure sealant atau menutup celah gigi

Saran tindak lanjut atas simpulan berupa : diharapkan kepada pihak sekolah agar memberikan penyuluhan tentang cara menjaga kesehatan gigi sedini mungkin sehingga siswa-siswi dapat terhindar dari karies gigi.

DAFTAR PUSTAKA

Alhamda, Syukra. (2011). Status Kebersihan Gigi dan Mulut dengan Status Karies Gigi (Kajian pada Murid Kelompok Umur 12 Tahun di Sekolah Dasar Negeri Kota Bukittinggi). *Berita Kedokteran Masyarakat*. Volume 27. P 108-115.

Anitasari, Silvia & Endang, Nina Rahayu. (2014). Hubungan frekuensi menyikat gigi dengan tingkat kebersihan gigitan mulut siswa sekolah dasar negeri di kecamatan Palarankotamadya Samarinda provinsi Kalimantan Timur. *Dental jurnal*. Vol 38. P 88-90.

Asri Budusuari. M, Oktarina & Agus Mikrajab. M. (2010). Hubungan Pola

Makan Dan Kebiasaan Menyikat Gigi Dengan Kesehatan Gigi Dan Mulut Di Indonesia. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*. Vol. 13 no. P 183-91.

Bakar A. 2012. *Kedokteran gigi klinis*. Ed 2. Yogyakarta: Quatum Sinergis Media; p.51-6,76.

Behrman, Richard E., Kliegman, Robert M., Arvin, Ann M. 2010. *Ilmu Kesehatan Anak Nelson*. Jakarta : EGC.

Candra, N. W, Shane H. R. T & Juliatri. (2015), *Gambaran Kebersihan Mulut Dan Karies Gigi Pada Vegetarian Lacto-Ovo Di Jurusan Keperawatan Universitas Klabat Airmadidi*. *Jurnal e-*

GiGi (eG). Volume 3. No (1). P 115-120.

Hongini, SY., Aditjarwan, M. (2012). Kesehatan Gigi dan Mulut, Buku lanjutan Dental Terminology. Bandung : Pustaka Reka Cipta.

Ramadhan, AG. (2010). Serba Serbi Kesehatan Gigi dan Mulut, Cetakan I. Jakarta : Bukune.