

UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN SISWA SEKOLAH DASAR DENGAN PENERAPAN POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT SERTA PENGUKURAN PERTUMBUHAN SISWA DI SD N 25 PENGAMBIRAN KOTA PADANG

Nilia Kasuma, Haria Fitri*, Fildzah Nurul Fajrin***

**Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas ; nilakasuma@dent.unand.ac.id*

***Pascasarjana Biomedik , Fakultas Kedokteran Universitas
Andalas; 1720312014@student.unand.ac.id*

ABSTRAK

Kesehatan masyarakat Indonesia dapat ditingkatkan mulai dari lingkungan sekolah, terutama sekolah dasar. Pendidikan yang diajarkan dimulai dari hal-hal kecil terkait kebersihan siswa seperti kebiasaan menggosok gigi dengan cara dan metode yang tepat. Pendidikan di sekolah diharapkan dapat membawa perubahan perilaku siswa dari perilaku kesehatan yang tidak sehat menjadi perilaku sehat. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan derajat kesehatan siswa melalui penyuluhan cara menggosok gigi serta mempraktekannya kepada siswa SD N 25 Pengambiran Kota Padang. Kegiatan ini dilaksanakan pada Oktober 2018. Kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan meliputi pelatihan dengan pemberian materi di kelas dan praktek menggosok gigi secara masal di lapangan SD N 25 Pengambiran Kota Padang. Hasil kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan mengenai cara menggosok gigi yang benar serta peningkatan derajat kesehatan siswa SD N 25 Pengambiran Kota Padang. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah penyuluhan mengenai cara menggosok gigi yang benar merupakan upaya pemberdayaan siswa sekolah dasar yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan siswa sekolah dasar.

Kata Kunci : siswa sekolah dasar, menggosok gigi, peningkatan derajat kesehatan

ABSTRACT

The health of Indonesian people can be improved starting from school environment, especially elementary schools. Education taught, starts with small things related to student hygiene such as the habit brushing teeth in the right method. Education in schools is expected to bring changes in student behavior from unhealthy behaviors to healthy behaviors. The purpose of this activity is to improve the health of students through training in how to brush their teeth with the right method and practice it together at SD N 25 Pengambiran, Padang. This activity was held in October 2018. The activities carried out included training with the provision of material in the classroom and the practice of brushing teeth together at SD N 25 Pengambiran, Padang. The results of this activity showed an increase in knowledge about how to brush teeth properly and improve the health status of students of SD N 25 Pengambiran, Padang. The conclusion of this activity is counseling on how to brush teeth properly is an effort to empower elementary school students who aim to improve the health status of elementary school students.

Keyword : elementary school student, brushing teeth, improve health status

PENDAHULUAN

Salah satu upaya menuju kearah perilaku sehat dengan melalui satu program yang dikenal dengan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dilaksanakan secara sistematis dan terkoordinir. Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk perwujudan untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi yang kondusif bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan (Gani, H, A et al., 2015). Menteri Kesehatan Republik Indonesia telah membuat Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat atau disingkat PHBS di seluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS, mulai dari tahap pengkajian, perencanaan, dan pelaksanaan serta pemantauan dan penilaian. Upaya tersebut dilakukan untuk memberdayakan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sehingga masyarakat sadar, mau, dan mampu secara mandiri ikut aktif dalam meningkatkan status kesehatan. Salah satunya adalah masalah kesehatan gigi dan mulut.

Kesehatan gigi dan mulut masyarakat Indonesia masih merupakan hal yang perlu mendapat perhatian serius dari tenaga kesehatan, baik dokter maupun perawat gigi, hal ini terlihat bahwa penyakit gigi dan mulut masih diderita oleh 90% penduduk Indonesia. Penyakit gigi dan mulut yang banyak diderita masyarakat di Indonesia adalah penyakit jaringan penyangga gigi dan karies gigi, sumber dari kedua penyakit tersebut akibat terabaikannya kebersihan gigi dan mulut, sehingga terjadilah akumulasi plak. Plak adalah lapisan tipis yang melekat erat di permukaan gigi serta mengandung kumpulan bakteri (Anitas, S et al., 2005). Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa tingkat keparahan kerusakan gigi (indeks DMF-T) pada anak usia 12 tahun sebesar 1 (satu) gigi. Kenyatannya pengalaman karies perorangan rata-rata (DMFT = *Decay Missing Filling-Teeth*) adalah 4,85 yang berarti rata rata kerusakan gigi penduduk adalah 5 gigi per orang (Depkes RI, 2000).

Masalah tingginya angka penyakit gigi dan mulut saat ini sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor perilaku masyarakat. Hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT, 2004), menyebutkan prevalensi karies gigi di Indonesia adalah 90,05% dan 80% orang Indonesia mengalami karies gigi. Data yang dirilis Departemen Kesehatan (Depkes) dari Riskesdas 2007 menunjukkan, karies gigi secara nasional adalah 4,85. Sebanyak 72,1% penduduk Indonesia mempunyai pengalaman karies dan 23,4% penduduk indonesia mengeluhkan adanya masalah gigi dan mulutnya dan hanya 29,6% yang mencari pertolongan dan mendapatkan perawatan dari 128 tenaga kesehatan. Untuk umur 5-14 tahun prevalensi masalah kesehatan gigi dan mulut mencapai 42,2% dan sebanyak 57,5% yang menerima

perawatan atau pengobatan gigi dari tenaga kesehatan gigi. Penduduk Indonesia usia 10 tahun ke atas telah melakukan sikat gigi setiap hari 91,1%, namun hanya 7,3% telah menggosok gigi dua kali di waktu yang benar, yaitu pagi hari dan malam sebelum tidur. Prevalensi masalah kesehatan gigi dan mulut pada anak usia 5 -12 tahun mencapai 45,0 %, dan didapatkan nilai DMF-T dengan angka 4 gigi per anak. Hasil penelitian Anggraeni Z.R, 2009, anak Indonesia berumur sampai 12 tahun mengalami karies gigi mencapai 77% (Arianto et al., 2014)

Menyikat gigi dengan menggunakan sikat gigi adalah bentuk penyingkiran plak secara mekanis. Saat ini telah banyak tersedia sikat gigi dengan berbagai ukuran, bentuk, tekstur, dan desain dengan berbagai derajat kekerasan dari bulu sikat. Salah satu penyebab banyaknya bentuk sikat gigi yang tersedia adalah adanya variasi waktu menyikat gigi, gerakan menyikat gigi, tekanan, bentuk dan jumlah gigi pada setiap orang (Haryant, D, D et al., 2014).

Oleh sebab itu dengan adanya program pengabdian masyarakat ini sedikitnya akan membantu siswa SD N 25 Pengambiran Kota Padang untuk mengetahui, mempraktekkan perilaku menyikat gigi yang baik. Adapun tujuan dari pengabdian ini adalah:

- a. Meningkatkan kesadaran siswa untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat untuk mencapai taraf kesehatan optimal.
- b. Meningkatkan peran dokter gigi dalam memberikan pelayanan kesehatan yang meliputi usaha pelayanan promotif, preventif, dan kuaratif kepada masyarakat.
- c. Mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan profesi sebagai tenaga kesehatan yang profesional.
- d. Memberikan motivasi kepada siswa tentang pentingnya kesadaran dalam bidang kesehatan dan pendidikan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian diadakan di sekolah dasar SD N 25 Pengambiran Kota Padang. Terdapat dua jenis kegiatan yang dilakukan di pengabdian ini yaitu penyuluhan dan pemberian materi mengenai penerapan perilaku hidup bersih dan sehat termasuk kesehatan gigi dan mulut serta mempraktikannya. Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa di sekolah tersebut . Penyuluhan sekurang-kurangnya diberikan kepada 174 siswa SD N 25 Pengambiran Kota Padang yang terdiri dari 92 orang siswa laki-laki dan 82 orang siswa perempuan.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini terdiri atas penyuluhan / ceramah dan sikat gigi masal dengan alat dan bahan disediakan. Materi penyuluhan yang diberikan adalah tentang pentingnya menyikat gigi dan cara menyikat gigi dengan teknik yang benar. Dalam kegiatan ini siswa diberikan simulasi penerapan dalam acara sikat gigi masal yang dilakukan oleh dokter gigi yang kompeten.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung pada Oktober 2018:

a. Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut di SD N 25 Pengambiran Kota Padang



Gambar 1. Tim penyuluhan dan pemeriksaan hari pertama



Gambar 2. Edukasi kesehatan gigi dan mulut kepada sisw SD N 25 Pengambiran

b. Sikat Gigi Massal dilaksanakan pada 174 siswa SD N 25 Pengambiran



Gambar 3. Persiapan sikat gigi massal dan panduan menyikat gigi dengan metode yang tepat



Gambar 4. Peserta sigat gigi massal



Gambar 5. Tim Pelaksana dan Guru SD N 25 Pengambira

Setelah dilakukan penyuluhan dan praktik menyikat gigi pada 174 siswa , didapatkan hasil seperti berikut yaitu:

- a. Sebanyak 105 siswa menyikat gigi dua kali sehari , 60 orang menyikat gigi 1 kali sehari , 1 orang tidak pernah menyikat gigi, dan 8 orang menyikat gigi beberapa kali dalam 1 minggu
- b. Sebanyak 44 siswa menyikat gigi pagi hari saja, 16 orang menyikat gigi sore hari saja.
- c. Berdasarkan waktu menyikat gigi, sebanyak 85 orang siswa menyikat gigi pada saat pagi sebelum makan , 20 orang sesudah makan , 33 orang malam sebelum tidur dan 36 orang menyikat gigi sesudah mandi sore.
- d. Sebanyak 142 siswa menganggap menyikat gigi dengan pasta gigi berfluoride sangat menguntungkan.

KESIMPULAN

Terlihat peningkatan pengetahuan siswa yang diuji dengan tanya jawab sebelum dengan sesudah pemberian materi penyuluhan menandakan bahwa kegiatan ini dapat meningkatkan pemahaman dan meningkatkan perilaku baik dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut.

SARAN

- a. Sebaiknya kegiatan pengabdian kesehatan gigi dan mulut diadakan setiap 6 bulan sekali atau 1 tahun sekali.
- b. Dilakukan pengobatan dan perawatan sederhana gigi dan mulut pada siswa SD di Kota Padang

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini tidak terlepas dukungan dari berbagai pihak. Ketua pengabdian secara khusus mengucapkan *terima kasih* yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu, Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, PDGI Kota Padang, Universitas Andalas yang telah memberikan izin pelaksanaan kegiatan ini. Terimakasih kepada civitas akademika Universitas Andalas, Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas , serta seluruh anggota pelaksana pengabdian yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Arianto., Shaluhayah, Z., Nugraha, P. 2014. Prilaku pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V dan VI di Kecamatan Sumberejo. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia* 9 (2) : 127 – 135.
- Anitasari, S., rahayu, N, E. 2005. Hubungan Frekuensi Menyikat Gigi dengan Tingkat Kebersihan Gigi dan Mulut Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Palaran Kotamadya Samarinda Provinsi Kalimantan Timur. *Majalah Kedokteran Gigi (Dental Journal)* 38 (2) : 88-90.
- Depkes RI. 2000. Pedoman Upaya Pelayanan Kesehatan Gigi dan Mulut. Direktorat Kesehatan Gigi. Jakarta.
- Depkes RI. 2004. Upaya Kesehatan gigi Masyarakat. Direktorat Jendral Pelayanan Medik. Jakarta.
- Gani, H, A., Istiaji, E., Pratiwi, P, E. 2015. Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Masyarakat Using. *Jurnal IKESMA* 11(1).
- Haryanti, D, D., Adhani, R., Aspiyanto, D., Dewi, I, R. 2014. Efektivitas Menyikat Gigi Metode Horizontal, Vertical, dan Roll Terhadap Penurunan Plak pada Anak Usia 9-11 Tahun. *Dentino Jurnal Kedokteran Gigi* 2(2) : 150-155.