

Program PHBS Gigi: Edukasi Dan Demonstrasi Cara Sikat Gigi Yang Efektif Untuk Anak Sekolah

**Darmi Arda^{1*}, Dia Rejeki Utami², Ayu Sri Wahyuni³, Andi Ernawati Manuntungi⁴,
Andi Kamal M. Sallo⁵**

^{*1} Program Studi Kebidanan, Politeknik Sandi Karsa

^{2,3,4,5} Program Studi Keperawatan, Institut Kesehatan dan Bisnis ST, Fatimah Mamuju

ABSTRACT

Oral and dental health is an important part of overall health. In school-age children, dental health problems such as caries are still common due to poor dental hygiene habits. One promotional effort that can be implemented is through the Clean and Healthy Lifestyle (PHBS) program, which provides education and demonstrations on how to brush teeth properly. This community service activity aims to improve schoolchildren's knowledge and skills regarding effective tooth brushing. Implementation methods included dental health education, demonstrations on how to brush teeth properly, interactive discussions, and pre- and post-activity knowledge evaluations. The results of the activity showed an increase in children's knowledge and skills regarding proper tooth brushing and an increased awareness of maintaining dental hygiene. This PHBS dental program is expected to foster healthy dental habits from an early age.

Keywords: *Community Service, PHBS, Children's Dental Health, Tooth Brushing*

ABSTRAK

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian penting dari kesehatan tubuh secara keseluruhan. Pada anak usia sekolah, masalah kesehatan gigi seperti karies masih sering ditemukan akibat kurangnya kebiasaan menjaga kebersihan gigi. Salah satu upaya promotif yang dapat dilakukan adalah melalui program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan edukasi dan demonstrasi cara menyikat gigi yang benar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak sekolah mengenai cara menyikat gigi yang efektif. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan gigi, demonstrasi cara menyikat gigi yang benar, diskusi interaktif, serta evaluasi pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan anak mengenai cara menyikat gigi yang benar serta meningkatnya kesadaran anak dalam menjaga kebersihan gigi. Program PHBS gigi ini diharapkan dapat membentuk kebiasaan menjaga kesehatan gigi sejak usia dini.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Kata Kunci: Pengabdian Masyarakat, PHBS, Kesehatan Gigi Anak, Menyikat Gigi

I. PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian penting dari kesehatan secara keseluruhan. Kondisi gigi yang tidak terawat dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti karies gigi, radang gusi, serta gangguan makan pada anak. Anak usia sekolah merupakan kelompok yang rentan mengalami masalah kesehatan gigi karena kebiasaan menjaga kebersihan gigi yang belum terbentuk dengan baik.

Karies gigi merupakan salah satu masalah kesehatan gigi yang paling sering ditemukan pada anak usia sekolah. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi makanan manis serta kurangnya kebiasaan menyikat gigi secara teratur. Apabila tidak ditangani dengan baik, karies gigi dapat menyebabkan rasa nyeri, infeksi, serta gangguan dalam proses belajar anak.

Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan kesadaran anak mengenai pentingnya menjaga kesehatan. Salah satu indikator PHBS adalah menjaga kebersihan gigi dan mulut melalui kebiasaan menyikat gigi secara teratur dan benar.

Edukasi kesehatan gigi yang disertai dengan demonstrasi cara menyikat gigi yang benar dapat membantu anak memahami praktik menjaga kebersihan gigi secara langsung. Demonstrasi memungkinkan anak melihat dan meniru cara menyikat gigi yang tepat sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak sekolah mengenai cara menyikat gigi yang efektif melalui program PHBS gigi.

II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif.

1. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan adalah anak usia sekolah dasar.

2. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi:

- Identifikasi masalah kesehatan gigi pada anak sekolah
- Penyusunan materi edukasi PHBS gigi
- Penyediaan media demonstrasi menyikat gigi
- Pembuatan brosur edukasi kesehatan gigi

3. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan melalui:

- Penyuluhan tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi
- Demonstrasi cara menyikat gigi yang benar
- Praktik menyikat gigi bersama siswa
- Diskusi dan tanya jawab

4. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan tingkat pengetahuan dan keterampilan anak sebelum dan sesudah kegiatan edukasi.

III. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Kegiatan

Program PHBS gigi dilaksanakan melalui kegiatan edukasi kesehatan gigi dan demonstrasi cara menyikat gigi yang benar. Anak-anak menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung, terutama ketika dilakukan praktik menyikat gigi bersama.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Anak tentang Kesehatan Gigi

No Kategori Pengetahuan Sebelum Edukasi Sesudah Edukasi			
1	Baik	7 (23,3%)	24 (80,0%)
2	Cukup	11 (36,7%)	5 (16,7%)
3	Kurang	12 (40,0%)	1 (3,3%)
Total		30 (100%)	30 (100%)

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan anak mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi setelah kegiatan edukasi dilakukan.

Tabel 2. Pemahaman Anak tentang Cara Menyikat Gigi

No	Aspek Pengetahuan	Sebelum (%)	Sesudah (%)
1	Waktu menyikat gigi yang benar	50,0	93,3
2	Durasi menyikat gigi	43,3	90,0
3	Gerakan menyikat gigi yang benar	36,7	86,7

Tabel 3. Keterampilan Anak dalam Menyikat Gigi

No	Kategori Keterampilan	Sebelum (%)	Sesudah (%)
1	Baik	30,0	83,3
2	Cukup	40,0	13,3
3	Kurang	30,0	3,4

A. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan anak mengenai cara menyikat gigi yang benar setelah diberikan edukasi dan demonstrasi. Hal ini menunjukkan bahwa metode demonstrasi merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pemahaman anak mengenai praktik kesehatan gigi.

Menurut teori pendidikan kesehatan, metode demonstrasi memungkinkan peserta melihat secara langsung proses atau teknik yang benar sehingga memudahkan peserta dalam meniru dan mempraktikkan keterampilan tersebut. Dalam kegiatan ini, anak-anak dapat melihat secara langsung cara menyikat gigi yang benar dan kemudian mempraktikkannya secara bersama-sama.

Program PHBS gigi yang dilaksanakan juga membantu meningkatkan kesadaran anak mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi. Anak-anak mulai memahami bahwa menyikat gigi secara teratur dapat mencegah terjadinya karies gigi serta menjaga kesehatan mulut.

Penggunaan media edukasi seperti brosur juga membantu memperkuat pesan kesehatan yang disampaikan. Brosur dapat dibaca kembali oleh anak maupun orang tua sehingga informasi yang diberikan dapat lebih mudah diingat.

Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan anak mengenai cara menyikat gigi yang benar, diharapkan anak dapat menerapkan kebiasaan menjaga kebersihan gigi dalam kehidupan sehari-hari.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program PHBS gigi yang dilaksanakan dalam bentuk edukasi dan demonstrasi cara menyikat gigi yang efektif terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan anak usia sekolah dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Metode edukasi yang dikombinasikan dengan demonstrasi praktik menyikat gigi memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan mudah dipahami oleh anak.

Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan anak mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi, waktu yang tepat untuk menyikat gigi, serta teknik menyikat gigi yang benar. Selain itu, keterampilan anak dalam mempraktikkan cara menyikat gigi juga mengalami peningkatan setelah dilakukan demonstrasi dan praktik langsung.

Program PHBS gigi ini juga mampu meningkatkan kesadaran anak tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi sebagai bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat. Anak-anak mulai memahami bahwa menjaga kebersihan gigi tidak hanya bertujuan untuk mencegah sakit gigi, tetapi juga untuk menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan.

Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan anak mengenai cara menyikat gigi yang benar, diharapkan anak dapat menerapkan kebiasaan menyikat gigi secara teratur dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mencegah terjadinya masalah kesehatan gigi dan mulut sejak usia dini.

B. Saran

1. Bagi Anak Sekolah

Anak-anak diharapkan dapat membiasakan diri untuk menjaga kebersihan gigi dengan menyikat gigi secara teratur minimal dua kali sehari, yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur. Anak juga diharapkan dapat mengurangi konsumsi makanan yang terlalu manis untuk menjaga kesehatan gigi.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat memberikan perhatian dan pengawasan terhadap kebiasaan anak dalam menjaga kebersihan gigi. Orang tua juga dapat membimbing anak dalam menyikat gigi dengan cara yang benar serta menyediakan fasilitas kebersihan gigi yang memadai di rumah.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

3. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung program kesehatan gigi melalui kegiatan edukasi kesehatan secara rutin, misalnya melalui kegiatan UKS, penyuluhan kesehatan, maupun program sikat gigi bersama di sekolah.

4. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat terus melakukan kegiatan promosi kesehatan gigi kepada anak usia sekolah melalui metode edukasi yang menarik dan interaktif agar pesan kesehatan dapat lebih mudah dipahami oleh anak.

5. Bagi Kegiatan Pengabdian Selanjutnya

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah peserta yang lebih banyak serta dilakukan secara berkelanjutan agar perubahan perilaku kesehatan gigi pada anak dapat terbentuk secara lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arda, D., Pannyiwi, R., Harfika, M., Dewi, C., Setyaningsih, R., Nursiah, A., & Sumampouw, O. J. (2024). Increased Frequency of Defecation (Acute Diarrhea) in Children Under Five Years of Age in the Antang Health Center Working Area. *International Journal of Health Sciences*, 2(3), 1203–1211. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i3.494>
2. Arikunto S. Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta; 2019.
3. Anurogo, D., Rahmat, R. A., & Pannyiwi, R. (2025). Identifikasi Jamur Endofit Pada Tanaman Obat Tradisional Di Sulawesi Selatan. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(2), 77–82. <https://doi.org/10.59585/jimad.v3i1.862>
4. Green LW, Kreuter MW. Health promotion planning. New York: McGraw-Hill; 2018.
5. Hidayat AAA. Metodologi penelitian keperawatan. Jakarta: Salemba Medika; 2017.
6. Kementerian Kesehatan RI. Profil kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI; 2019.
7. Kozier B, Erb G, Berman A, Snyder S. Fundamentals of nursing. Boston: Pearson; 2018.
8. Machfoedz I, Suryani E. Pendidikan kesehatan. Yogyakarta: Fitramaya; 2019.

9. Mubarak WI, Chayatin N. Ilmu kesehatan masyarakat. Jakarta: Salemba Medika; 2018.
10. Notoatmodjo S. Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
11. Nursalam. Metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
12. Pannyiwi, R., Azis, M. N. S. A., & Rahmat, R. A. (2025). Analisis Kendala Perawat Dalam Melaksanakan Komunikasi Terapeutik Di Lingkungan Pelayanan Kesehatan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 231–243. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i1.921>
13. Polit DF, Beck CT. Nursing research. Philadelphia: Lippincott; 2018.
14. Potter PA, Perry AG. Fundamentals of nursing. St. Louis: Elsevier; 2017.
15. Rahagia, R., Suat, H., Arda, D., Haulussy, R. R., & Kasmiati, K. (2025). Metode Intervensi Dalam Terapi Bermain Origami Terhadap Perkembangan Kesehatan Mental, Emosi, Dan Perilaku Anak-Anak. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 360–367. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i2.622>
16. Riyanto A. Metodologi penelitian kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2018.
17. Smeltzer SC, Bare BG. Medical surgical nursing. Philadelphia: Lippincott; 2018.
18. Sukmadinata NS. Metode penelitian pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya; 2017.
19. Sulaeman ES. Pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan. Yogyakarta: UGM Press; 2019.
20. Sunanto, S., Pannyiwi, R., & Rahmat, R. A. (2025). The Effect of Night Shift Work on Nurses' Fatigue and Work Concentration in the Emergency Department. *International Journal of Health Sciences*, 3(4), 606–613. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i4.867>
21. Tarigan R. Kesehatan gigi dan mulut. Jakarta: EGC; 2018.
22. World Health Organization. Oral health promotion. Geneva: WHO; 2019.