

Penguatan Kesadaran Mengenai Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak TK Aisyiyah Kota Bengkulu

Derra Febriya¹, Nashwa Khaisa Putri², Hayin Silma Azza³, Bagus Nakulo⁴, Robi Apriansyah⁵, Ika Pasca Himawati⁶, Rany Claudia⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Bengkulu, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Derra Febriya

E-mail: febriyaderra14@gmail.com

Abstrak

Menjaga kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian penting dalam mendukung proses tumbuh kembang anak sejak dini. Kurangnya pengetahuan serta kebiasaan menyikat gigi yang tidak tepat dapat memicu berbagai gangguan kesehatan gigi, seperti karies dan bau mulut. Untuk mengatasi masalah tersebut, dilakukan program edukasi kesehatan gigi di TK Aisyiyah Kota Bengkulu dengan tujuan meningkatkan pemahaman anak-anak tentang pentingnya merawat kesehatan gigi dan mulut sejak usia dini. Kegiatan ini menerapkan metode praktik langsung dan simulasi kepada anak-anak TK untuk membantu mereka memahami cara merawat kebersihan gigi dengan benar. Dari kegiatan yang melibatkan 22 peserta, terlihat adanya peningkatan kemampuan dan pengetahuan anak mengenai teknik menyikat gigi yang benar serta kesadaran mereka akan pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Kata kunci – anak usia dini, kesehatan gigi dan mulut, menyikat gigi, sosialisasi, TK Aisyiyah

Abstract

Maintaining oral and dental health is an important aspect of supporting children's growth and development from an early age. Limited knowledge and improper toothbrushing habits can lead to various dental health problems, such as cavities and bad breath. To address these issues, an oral health education program was carried out at TK Aisyiyah in Bengkulu City with the aim of increasing children's awareness of the importance of caring for their teeth and mouth from a young age. This program used hands-on practice and simulation methods to help kindergarten children understand the proper way to maintain dental hygiene. The activity, which involved 22 participants, showed an improvement in the children's skills and knowledge regarding correct toothbrushing techniques, as well as their awareness of the importance of maintaining good oral health.

Keywords - early childhood , oral and dental health, toothbrushing, socialization, Aisyiyah Kindergarten

PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut sangat berkaitan dengan kesehatan tubuh secara keseluruhan. Jika gigi dan mulut tidak dirawat dengan baik, berbagai gangguan dan rasa tidak nyaman dapat muncul. Gigi yang sehat tidak hanya berfungsi untuk mengunyah dan membantu proses pencernaan, tetapi juga berpengaruh pada kesehatan sosial serta psikologis seseorang. Namun, masih banyak individu yang kurang menyadari pentingnya perawatan gigi, sehingga lebih mudah mengalami masalah seperti *karies*, peradangan gusi, dan gangguan lain yang dapat menurunkan kualitas hidup. Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi sejak usia dini. Untuk mencapai kondisi gigi dan mulut yang optimal, diperlukan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Upaya menjaga kesehatan gigi dapat dilakukan melalui konsumsi makanan bergizi serta kebiasaan menyikat gigi dua kali sehari menggunakan pasta gigi berfluoride. Tidak adanya karies menjadi salah satu indikator bahwa kesehatan gigi dan mulut berada dalam kondisi yang baik.

Karies gigi adalah kondisi kerusakan pada jaringan keras gigi yang dimulai dari lapisan *email*, kemudian meluas ke *dentin* hingga mencapai *pulpa*. Secara historis, *karies* dianggap sebagai faktor paling signifikan dalam beban penyakit mulut di seluruh dunia. Meskipun fasilitas kesehatan dan program edukasi mengenai kesehatan gigi telah tersedia, tingkat pengetahuan masyarakat tentang *karies* gigi masih tergolong rendah. Berdasarkan survei *World Health Organization*, sekitar 60–90% anak di dunia mengalami karies gigi. Prevalensi *karies* paling tinggi ditemukan pada anak-anak di Amerika dan kawasan Eropa, dengan angka yang sedikit lebih rendah di wilayah *Mediterrania Timur* dan Pasifik Barat, sementara tingkat terendah berada di Asia Tenggara dan Afrika. Laporan WHO tentang kesehatan mulut global juga menunjukkan bahwa rata-rata indeks *karies* gigi pada anak usia 12 tahun adalah 1,6, yang berarti setiap anak rata-rata memiliki sekitar satu hingga dua gigi yang mengalami kerusakan (WHO, 2003, dikutip dalam Nur Widayati, 2014).

Menurut *Global Burden of Disease Study 2015*, *karies* gigi permanen dialami oleh sekitar 2,3 miliar orang di seluruh dunia, sementara karies pada gigi sulung memengaruhi sekitar 560 juta anak (WHO, 2015), dikutip dalam Velya Apro et al., 2023). Pada tahun 2016, WHO memperkirakan bahwa sekitar 60–90% anak usia sekolah mengalami gangguan *karies* gigi (WHO, 2016, dikutip dalam Velya Apro et al., 2023). Kerusakan gigi terjadi akibat berbagai faktor, termasuk konsumsi makanan tinggi karbohidrat, keberadaan *mikroorganisme* dalam rongga mulut, serta struktur anatomi gigi. Dua bakteri yang paling umum terlibat dalam proses pembentukan *karies* adalah *Streptococcus mutans* dan *Lactobacillus sp.* Apabila tidak ditangani, *karies* dapat menyebabkan rasa sakit, infeksi, hingga kehilangan gigi (Pratiwi et al., 2020). Pada anak-anak, kondisi *karies* gigi juga dapat memengaruhi kualitas hidup, seperti menimbulkan kesulitan dalam mengunyah, gangguan tidur, serta masalah konsentrasi (Velya, Susi & Desy, 2020).

Faktor utama penyebab *karies* adalah penumpukan plak yang berkaitan dengan kebersihan mulut yang kurang baik. *Plak* merupakan faktor utama yang menyebabkan berbagai gangguan pada gigi dan gusi. Pada jaringan gusi, keberadaan *plak* dapat menimbulkan peradangan atau *gingivitis* (Zulkarnain RAA et al., 2009, dikutip dalam Princess et al., 2018). Upaya pencegahan karies dapat dilakukan dengan mengurangi terbentuknya *plak* di permukaan gigi, baik dengan menghambat proses pembentukannya maupun dengan membersihkannya secara teratur. Upaya pengendalian dan pencegahan *plak* dapat dilakukan dengan cara yang sederhana, efektif, dan praktis, yaitu menyikat gigi dengan benar dan teratur. Kebiasaan ini mampu menghilangkan *plak* dari seluruh permukaan gigi, terutama pada bagian interproksimal yang sangat penting untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. *Plak* cenderung menumpuk pada area interproksimal, restorasi yang kasar, pit dan fisur gigi, serta gigi yang tidak rata atau berjejal (Houwink B et al., 1994),dikutip dalam (Princess et al., 2018).

Perilaku hidup bersih dan sehat yang sederhana, seperti kebiasaan menyikat gigi, merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri dan menerapkan pola hidup sehat (Retno, 2013, dikutip dalam Putri & Suri, 2022). Untuk

mewujudkan kesehatan gigi dan mulut yang optimal, diperlukan pemeriksaan serta perawatan rutin sesuai standar pelayanan kesehatan gigi. Upaya menjaga kesehatan gigi dapat dimulai dengan memperhatikan pola makan, misalnya menghindari makanan yang terlalu manis atau mudah melekat pada gigi. Selain itu, teknik menyikat gigi yang benar sangat penting untuk menghilangkan *plak* dan sisa makanan di dalam mulut (Napitupulu, 2023). Menyikat gigi terbukti efektif dalam mengurangi jumlah *plak*. Kegiatan ini memainkan peran penting dalam mencegah berbagai masalah pada gigi dan mulut. Namun demikian, data menunjukkan bahwa praktik menyikat gigi dengan benar di masyarakat masih relatif rendah (Putri & Suri, 2022).

Kesehatan gigi dan mulut merupakan aspek penting dari kesehatan tubuh secara keseluruhan dan memiliki peran besar dalam mendukung proses tumbuh kembang anak. Masalah pada kesehatan mulut dapat berdampak pada perkembangan anak, kondisi kesehatan umum, serta dapat menurunkan kualitas hidup mereka (Wijayanti et al., 2019). Pengenalan pentingnya menjaga kesehatan gigi perlu dilakukan sejak usia dini agar anak dapat membentuk kebiasaan menyikat gigi yang benar serta menerapkan pola hidup sehat. Lima tahun pertama kehidupan merupakan masa *golden age*, yaitu periode emas bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pada fase ini, pengalaman yang diperoleh akan menjadi dasar kuat dan tersimpan sebagai memori jangka panjang. Dalam konteks kesehatan gigi, apabila anak sudah dibiasakan memiliki pengetahuan, kebiasaan, dan sikap yang baik dalam merawat gigi dan mulut sejak usia ini, maka perilaku tersebut lebih mungkin berlanjut hingga dewasa. Oleh karena itu, sangat penting menanamkan pemahaman tentang hidup bersih dan sehat, termasuk perawatan gigi, sejak anak berada pada usia balita (Permenkes, 2015, dikutip dalam Salsabillah et al., 2023). Anak berusia 3–6 tahun yang memiliki pola makan kurang baik berisiko mengalami *karies* gigi. Kebiasaan buruk tersebut dapat berdampak hingga usia 10 tahun, sehingga gigi susu dapat rusak sebelum waktunya tanggal secara alami. Padahal, pergantian gigi umumnya terjadi pada usia 6–8 tahun, dan gigi permanen biasanya tumbuh sempurna sekitar usia 12 tahun (Sukarsih, (2019). Anak-anak pada tahap ini sangat mudah mengalami gangguan kesehatan gigi karena sering mengonsumsi makanan manis dan masih kurangnya pemahaman tentang pentingnya menyikat gigi secara teratur. Oleh sebab itu, edukasi dan pendampingan dari berbagai pihak sangat dibutuhkan untuk menanamkan kebiasaan baik sejak awal kehidupan (Maelissa & Lilipory, (2020), dikutip dalam Salsabillah et al.,(2025). Karena itu, diperlukan sosialisasi mengenai cara merawat gigi sejak usia dini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman anak-anak tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi serta membiasakan mereka melakukan praktik menyikat gigi dengan benar sejak kecil.

Pemilihan lokasi pengabdian masyarakat ini dilakukan di TK Aisyiyah Kota Bengkulu didasarkan pada beberapa pertimbangan dasar. Pertama, karena para anak TK yang masih berusia 4-6 tahun adalah sedang dalam masa *golden age*, yaitu masa keemasan. Masa ini sering disebut sebagai periode emas karena pada tahap ini lebih dari 100 miliar sel otak siap untuk dirangsang, sehingga kemampuan anak dapat berkembang secara optimal (Luh Ayu Purnama Dewi, (2017), diktup dalam Rijkiyani et al., (2022) . Pada tahap ini, setiap bentuk stimulasi dan rangsangan yang diberikan akan sangat berpengaruh serta bermanfaat bagi perkembangan anak pada tahap berikutnya. Kedua, terdapat beberapa anak bahkan mengalami permasalahan seperti gigi berlubang dan kebersihan mulut yang kurang terjaga. Sosialisasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut belum menjadi kegiatan rutin di sekolah tersebut, sehingga diperlukan upaya untuk menumbuhkan kesadaran sejak dini.

METODE

Kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa, 20 September 2025, di TK Aisyiyah Kota Bengkulu dengan jumlah anak-anak sebanyak 22 orang. Pelaksanaan kegiatan didampingi oleh guru TK Aisyiyah dan mahasiswa sebagai fasilitator.

Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini meliputi praktik dan simulasi secara langsung, dengan memanfaatkan laptop untuk menampilkan materi serta melakukan demonstrasi cara menyikat gigi yang baik dan benar. Fasilitator memberikan kuis dan hadiah untuk meningkatkan motivasi dan partisipasi anak-anak. Adapun tahapan kegiatan sosialisasi meliputi:

Tahapan kegiatan sosialisasi

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan survei langsung ke lokasi TK Aisyiyah Kota Bengkulu serta koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan jadwal, perizinan, dan kebutuhan kegiatan. Mahasiswa menyiapkan berbagai alat dan bahan, seperti sikat gigi dan gambar gigi. Selain itu, materi mengenai cara menyikat gigi yang baik dan benar juga disiapkan untuk ditampilkan melalui laptop.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan di aula TK Aisyiyah. Kepala sekolah dan guru terlebih dahulu memberikan pengarahan kepada anak-anak. Selanjutnya, mahasiswa menyampaikan materi melalui metode bermain dan bernyanyi sambil menggunakan gambar gigi sebagai alat peraga. Setelah itu, anak-anak dipilih secara acak untuk melakukan cara menggosok gigi dengan benar sesuai arahan dari mahasiswa.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilaksanakan dengan memberikan kuis seputar kesehatan gigi untuk mengetahui tingkat pemahaman anak-anak. Mereka yang berhasil menjawab pertanyaan dengan benar diberikan hadiah berupa snack sebagai bentuk apresiasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi mengenai kesehatan gigi dan mulut dilaksanakan di TK Aisyiyah dengan melibatkan 22 anak sebagai peserta. Adapun jumlah anak yang mengikuti sosialisasi adalah sebagai berikut.

Tabel 1.

Jumlah anak berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah Peserta	Persentase (%)
Laki-Laki	10	45,45%
Perempuan	12	54,54%

Sumber : Olah data tim pengabdian masyarakat tahun, 2025

Sebelum kegiatan dimulai, dilakukan postes sederhana melalui pertanyaan lisan kepada peserta mengenai kebiasaan mereka dalam menyikat gigi, seperti seberapa sering mereka melakukannya dalam sehari dan waktu yang tepat untuk menyikat gigi. Dari hasil pertanyaan tersebut diperoleh bahwa sekitar 69% anak belum mengetahui waktu yang benar untuk menyikat gigi. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan interaktif mengenai fungsi gigi, dan diketahui bahwa sekitar 60% anak masih belum memahami teknik menyikat gigi yang benar, penyebab gigi berlubang, serta cara menjaga kebersihan gigi dan mulut.



Gambar 1.

Pelaksanaan sosialisasi kesehatan gigi dan mulut pada anak TK Aisyiyah

Materi disampaikan dengan menggunakan media peraga dan gambar edukatif untuk memudahkan pemahaman anak-anak (Ahmad & Arditya, 2025). Setelah sesi penyuluhan, dilakukan demonstrasi praktik menyikat gigi yang benar, mencakup langkah menyikat bagian depan, belakang, dan permukaan kunyah dengan gerakan melingkar (Princess, Christy & Damajanty). Setiap anak turut serta dalam praktik ini dengan bimbingan langsung dari mahasiswa.

Setelah kegiatan selesai, diberikan post test sederhana berupa pertanyaan sederhana untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta. Hasilnya menunjukkan bahwa sekitar 90% anak sudah mampu menjawab dengan benar waktu yang tepat untuk menyikat gigi (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur) serta dapat memperagakan teknik menyikat gigi dengan benar. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan anak setelah dilakukan kegiatan sosialisasi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa metode edukasi yang dilengkapi dengan praktik langsung serta penggunaan media visual dapat meningkatkan pemahaman anak usia dini tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Sebagai pendukung kegiatan, Gambar 1 menampilkan dokumentasi pelaksanaannya. Secara keseluruhan, kegiatan sosialisasi ini berhasil mencapai tujuan yang diharapkan, yaitu meningkatkan kesadaran dan kemampuan anak-anak dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan sosialisasi tentang cara menyikat gigi yang benar di TK Aisyiyah Kota Bengkulu, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman anak-anak mengenai perawatan gigi dan mulut. Melalui penerapan metode praktik langsung, simulasi, serta penggunaan media visual dan permainan edukatif, anak-anak menjadi lebih memahami waktu dan teknik yang benar dalam menyikat gigi. Kegiatan ini juga terbukti meningkatkan pengetahuan mereka tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut. Dengan demikian, sosialisasi ini dinilai efektif dalam menumbuhkan kesadaran sejak dini mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, terutama dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Penghargaan juga diberikan kepada para guru yang telah mendampingi anak-anak selama kegiatan, serta seluruh pihak di TK Aisyiyah Kota Bengkulu yang telah memberikan kesempatan sehingga sosialisasi ini dapat berjalan dengan baik. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak-anak, guru, maupun orang tua mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

DAFTAR PUSTAKA

- Apro, V., Susi, S., & Sari, D. P. (2020). Dampak karies gigi terhadap kualitas hidup anak. *Andalas Dental Journal*, 8(2), 89–97. <https://doi.org/10.25077/adj.v8i2.204>
- Keloay, P., Christy, M. C., & Pangemanan, D. H. C. (2019). Gambaran teknik menyikat gigi dan indeks plak pada siswa SD GMIM Siloam Tonselama. *e-GiGi*, 7(2), 76–80. <https://doi.org/10.35790/eg.v7i2.24143>
- Marom, A. A., Prayogi, A., Pujiono, I. P., & Syaifuddin, M. (2025). Kegiatan edukasi interaktif kesehatan gigi bagi anak usia dini di Desa Majakerta, Pemalang. *Jurnal Igakerta: Inovasi Gagasan Abdimas dan Kuliah Kerja Nyata*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.70234/gst9m51>
- Napitupulu, D. F. G. D. (2020). Hubungan kebiasaan menyikat gigi dengan karies gigi pada anak usia sekolah. *Jurnal Kesehatan Pencerah*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.34012/jukep.v6i1.2948>
- Pratiwi, D., Ariyani, A. P., Sari, A., Wirahadikusumah, A., Nofrizal, R., Tjandrawinata, R., Soulisa, A. G., Wijaya, H., & Sandra, F. (2020). Penyuluhan peningkatan kesadaran dini dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut pada masyarakat Tegal Alur, Jakarta (Community services to increase dental and oral health early awareness in Tegal Alur, Jakarta). *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(2), 120–128. <https://doi.org/10.25105/jamin.v2i2.7179>
- Putri, V. S., & Suri, M. (2022). Pentingnya Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak Usia Sekolah di RT 10 Kelurahan Murni Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(1), 39. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i1.207>
- Rijkiyani, R. P., Syarifuddin, S., & Mauizdati, N. (2022). Peran orang tua dalam mengembangkan potensi anak pada masa golden age. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 3104–3109. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i3.2986>
- Sabilillah, M. F., & Daniati, N. (2023). Risk factor simulator model affecting toddler dental and oral health. *The Incisor: Indonesian Journal of Care's in Oral Health*, 7(1), 9–18. <https://doi.org/10.37160/theincisor.v6i1.67>
- Sukarsih, S., Silfia, A., & Muliadi, M. (2022). Perilaku dan keterampilan menyikat gigi terhadap timbulnya karies gigi pada anak di Kota Jambi. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 6(2), 101–108. <https://doi.org/10.31983/jkg.v6i2.5479>
- Widayati, N. (2014). Faktor yang berhubungan dengan karies gigi pada anak usia 4–6 tahun. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 2(2), 196–205. <https://doi.org/10.20473/jbe.V2I22014.196-205>
- Wijayanti, H. N., & Rahayu, P. P. (2019). Membiasakan diri menyikat gigi sebagai tindakan utama dalam upaya peningkatan kesehatan gigi dan mulut pada anak. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Mandiri Indonesia*, 1(1), 7–12. <https://doi.org/10.35473/jpmmi.v1i1.19>