

Peningkatan Keterampilan Menyikat Gigi melalui Metode Demonstrasi untuk Mencegah Karies pada Anak di SD GMT Tofa

Helga J. N. Ndun¹, Serlie K. A. Littik², Sarci M. Toy³, Yuliana Radja Riwu⁴, Afrona E. L. Takaeb⁵

^{1,2,3,4,5} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Helga J. N. Ndun

E-mail: helgandun@gmail.com

Abstrak

Karies gigi merupakan salah satu penyakit yang umum dijumpai pada usia anak dan berdampak negatif bagi kesehatan dan prestasi akademik anak. Salah satu upaya pencegahan karies adalah dengan menyikat gigi yang benar untuk menghilangkan plak pada gigi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa sekolah dasar dalam menyikat gigi di SD GMT Tofa. Kegiatan dilaksanakan dengan memberikan edukasi mengenai manfaat, waktu dan cara menyikat gigi, dan dilanjutkan dengan demonstrasi yang bertujuan untuk memastikan peserta memahami dan mampu mempraktikkan dengan tepat. Metode demonstrasi terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa untuk menyikat gigi, termasuk 64,7% di antaranya yang mampu melakukan 6-7 langkah pada saat evaluasi.

Kata kunci - karies, menyikat gigi, demonstrasi, keterampilan, edukasi

Abstract

Dental caries is a prevalent childhood disease that adversely affects children's health and academic performance. Proper toothbrushing to remove plaque is one method of preventing dental caries. This community service activity aimed to enhance the toothbrushing skills of students at GMT Tofa Elementary School. The activity comprised an educational session on the benefits, timing, and technique of brushing, followed by a practical demonstration of the steps involved. The demonstration ensured participants both understood and could correctly perform the technique. This intervention successfully improved the students' skills, with 64.7% of them able to complete 6-7 of the steps correctly during the evaluation.

Keywords - caries, toothbrushing, demonstration, skills, education

How To Cite : Ndun, H. J. N., Littik, S. K. A., Toy, S. M., Riwu, Y. R., & Takaeb, A. E. L. (2025). Peningkatan Keterampilan Menyikat Gigi melalui Metode Demonstrasi untuk Mencegah Karies pada Anak di SD GMT Tofa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mentari*, 2(2), 79-83. <https://doi.org/10.59837/jpmm.v2i2.242>

Copyright ©2025 Helga J. N. Ndun, Serlie K. A. Littik, Sarci M. Toy, Yuliana Radja Riwu, Afrona E. L. Takaeb

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

PENDAHULUAN

Karies gigi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak dialami di seluruh dunia, termasuk anak. WHO (2025) melaporkan bahwa sekitar 2,5 miliar orang mengalami karies gigi. Kerusakan gigi ini dapat menyebabkan infeksi, rasa nyeri, kesulitan untuk makan, belajar, dan tidur, dan berdampak pada ketidakhadiran di sekolah, prestasi akademik yang menurun, bahkan menghambat pertumbuhan anak dan penyerapan nutrisi yang optimal (World Health Organization, 2022). Prevalensi karies mencapai >10% pada usia 5-9 tahun secara global dan 92,6% di tingkat nasional (Kemenkes RI, 2018; World Health Organization, 2022). Riset Kesehatan Dasar mengungkapkan bahwa masalah gigi rusak, berlubang/sakit pada rentang usia tersebut mencapai 42,75% di Provinsi Nusa Tenggara Timur, persentase ini merupakan yang tertinggi pada kelompok usia anak dan remaja (Kemenkes RI, 2019).

Karies pada anak dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor risiko paling tinggi yang berkontribusi pada kejadian karies adalah konsumsi gula pada makanan dan minuman (Mututanthri et al., 2025; World Health Organization, 2025). Faktor risiko lainnya adalah paparan fluoride yang tidak memadai dan kurangnya pembersihan plak melalui menyikat gigi (World Health Organization, 2025). Menyikat gigi merupakan upaya pencegahan karies yang perlu mulai dibentuk sejak usia anak (Juleha & Subardiah, 2025). Meskipun menyikat gigi merupakan perilaku yang umum diajarkan pada anak, praktik menyikat gigi yang benar masih jarang dilakukan oleh anak usia sekolah dasar, khususnya di wilayah pedesaan. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif yang bersifat praktis dan mudah anak pahami.

Intervensi edukasi kesehatan gigi memerlukan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan kognitif dan motorik anak. Demonstrasi merupakan salah satu metode yang direkomendasikan karena anak dapat mengamati secara langsung setiap tahapan menyikat gigi (Mufizarni et al., 2023; Rahayu et al., 2024). Kemampuan anak juga dapat ditingkatkan karena anak dapat meniru langkah-langkah tersebut sehingga tidak ada bagian gigi yang terlewatkan. Selain itu, anak mendapatkan feedback langsung dalam bentuk koreksi jika langkah yang dilakukan keliru.

SD GMT Tofa merupakan salah satu sekolah yang berlokasi di Kecamatan Amarasi Barat, Kabupaten Kupang. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa seluruh siswa kelas II pada sekolah tersebut memiliki plak gigi dan beberapa di antaranya telah mengalami karies. Temuan ini mengindikasikan bahwa siswa belum menyikat gigi dengan teknik yang tepat. Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa sekolah dasar dalam menyikat gigi dengan langkah-langkah yang benar melalui metode demonstrasi sebagai upaya untuk mencegah karies gigi.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di SD GMT Tofa, Kecamatan Amarasi Barat, Kabupaten Kupang oleh tim dosen dari Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana. Kelompok target dari kegiatan ini adalah siswa kelas II SD yang berjumlah 17 orang.

Metode kegiatan terbagi atas tiga tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim menyusun materi edukasi mengenai kesehatan gigi dan mulut dan menyikat gigi, dan mempersiapkan alat dan bahan termasuk sikat gigi dan pasta gigi yang akan dibagikan kepada peserta. Pada tahap pelaksanaan, tim melakukan kegiatan edukasi sesuai dengan topik yang disusun termasuk tentang manfaat, waktu, dan cara menyikat gigi yang benar. Setelah edukasi selesai, tim melanjutkan dengan demonstrasi menyikat gigi dengan mengajak peserta ke lokasi di luar kelas untuk mempraktikkan menyikat gigi secara langsung. Evaluasi kemudian dilaksanakan dengan melakukan pengamatan terhadap langkah-langkah menyikat gigi yang dipraktikkan siswa setelah demonstrasi diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan perkenalan tim kepada siswa kelas 2 SD GMT Tofa. Untuk membangun suasana yang menyenangkan dan meningkatkan keterlibatan siswa, tim mengajukan pertanyaan berhadiah berkaitan dengan kebersihan diri, khususnya kebiasaan menyikat gigi. Dari pertanyaan-pertanyaan tersebut, siswa ditemukan telah memiliki kebiasaan menyikat gigi, tetapi waktu dan tekniknya belum sesuai dengan yang prosedur kesehatan yang seharusnya. Seluruh siswa menyikat gigi pada pagi dan sore hari saat mandi, dan tidak ada siswa yang menyikat gigi sebelum tidur malam. Selain itu, siswa hanya menyikat bagian gigi depan dan sebagian geraham. Tidak ada siswa yang menyikat bagian lidah dan langit-langit mulut.

Kegiatan selanjutnya adalah edukasi mengenai manfaat menyikat gigi, waktu yang dianjurkan, dan tahapan menyikat gigi yang benar. Selama edukasi berlangsung, terdapat beberapa siswa yang kurang memperhatikan materi, yang umum terjadi pada anak usia sekolah dasar. Tim merespons kondisi tersebut dengan menggunakan pendekatan interaktif yaitu pemberian pertanyaan sederhana. Pendekatan ini membantu memfokuskan kembali perhatian siswa.

Setelah sesi edukasi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi menyikat gigi yang dilaksanakan di halaman sekolah. Tim memperagakan secara langsung tahapan menyikat gigi yang benar dimulai menyikat gigi seri dengan gerakan naik-turun, dilanjutkan dengan bagian luar dan dalam gigi kanan dan kiri dengan gerakan memutar yang lembut agar tidak melukai gusi. Selanjutnya, permukaan gigi geraham dibersihkan dengan gerakan maju-mundur untuk menghilangkan sisa makanan yang menempel di sela-sela gigi. Bagian dalam gigi depan juga disikat dari arah gusi ke ujung gigi. Tahap terakhir adalah menyikat langit-langit mulut dan lidah agar napas menjadi lebih segar. Selama demonstrasi, siswa diminta untuk mengikuti setiap langkah yang diperagakan oleh tim.

Dalam proses praktik terbimbing selama demonstrasi, terdapat lima siswa yang tidak menyikat gigi dengan benar karena bagian gigi geraham hanya disikat di salah satu sisi, dan bagian dalam gigi depan tidak disikat dari gusi. Tim lalu memberikan umpan balik secara langsung dengan memperagakan ulang langkah yang tepat dan membimbing siswa hingga mampu mengikuti tahapan yang benar.

Evaluasi keterampilan menyikat gigi dilakukan dengan mengamati langsung praktik menyikat gigi siswa setelah demonstrasi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan tahapan menyikat gigi secara benar. Sebelum kegiatan, hampir seperempat siswa hanya mampu melakukan maksimal dua tahapan dengan benar, sedangkan pada evaluasi akhir, hal tersebut tidak ditemukan lagi. Selain itu, terdapat peningkatan proporsi siswa sebanyak 64,7% yang mampu melakukan 6-7 langkah menyikat gigi. Hal ini menunjukkan kenaikan yang signifikan dibandingkan dengan praktik sebelum demonstrasi.

Analisis perubahan keterampilan menunjukkan adanya perubahan bermakna setelah kegiatan demonstrasi. Nilai median keterampilan meningkat sebanyak tiga poin, dan uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Perubahan kemampuan menyikat gigi secara detail dapat dilihat pada tabel 1 dan 2.



Gambar 1.

Tim bersama Siswa Kelas 2 SD GMT Tofa



Gambar 2.
Demonstrasi Sikat Gigi

Tabel 1.
Distribusi Keterampilan Menyikat Gigi Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Keterampilan Menyikat Gigi	Pre-Test n (%)	Post-Test n (%)
Kurang (0-2)	4 (23,5%)	0
Cukup (3-5)	13 (76,5%)	6 (35,3%)
Baik (6-7)	0	11 (64,7%)

Tabel 2.
Hasil Analisis Perubahan Keterampilan Menyikat Gigi Siswa

n	Mean	SD	Median	Min.	Max.	W	Sig.
17	2,882	0,600	3	2	4	0,000	0.001
17	5,824	0,883	6	4	7		

Peningkatan keterampilan menyikat gigi dalam kegiatan ini konsisten dengan teori belajar sosial dan temuan penelitian sebelumnya. Sesuai teori Bandura (1977), keterampilan motorik diperkuat secara efektif melalui observasi langsung, dan pengembangan kemampuan berdasarkan umpan balik. Metode demonstrasi memungkinkan siswa untuk terlibat aktif dalam mengamati, meniru dan mempraktikkan langkah-langkah menyikat gigi yang benar sehingga meningkatkan keterampilan menyikat gigi (Cooper et al., 2013; Rahayu et al., 2024). Selain itu, umpan balik merupakan bagian yang integral karena memberikan kesempatan bagi siswa untuk melakukan koreksi berdasarkan bimbingan. Oleh karena itu, metode demonstrasi yang diikuti dengan praktik terbimbing dapat direkomendasikan sebagai pendekatan edukasi kesehatan gigi berbasis sekolah pada anak usia sekolah dasar.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berhasil meningkatkan keterampilan siswa untuk melakukan prosedur menyikat gigi. Demonstrasi efektif memperbaiki kemampuan menyikat gigi pada siswa, karena mayoritas peserta terbukti mampu melakukan 6-7 langkah pada saat evaluasi. Keberlanjutan program dapat didukung dengan melibatkan guru kelas dalam mengecek kebiasaan menyikat gigi siswa. Kegiatan di masa mendatang dapat menggunakan model gigi untuk memberikan visualisasi yang lebih jelas mengenai area gigi yang sulit dijangkau.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice-Hall, Inc.
- Cooper, A. M., O'Malley, L. A., Elison, S. N., Armstrong, R., Burnside, G., Adair, P., Dugdill, L., & Pine, C. (2013). Primary school-based behavioural interventions for preventing caries (Review).

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

- Cochrane Database of Systematic Reviews, 5.
<https://doi.org/10.1002/14651858.CD009378.pub2>. www.cochranelibrary.com
- Juleha, A. A., & Subardiah, I. (2025). The Relationship Between Toothbrushing Compliance and The Incidence of Dental Caries in First-Grade Students. *Java Nursing Journal*, 3(2), 212–220. <https://doi.org/10.61716/jnj.v3i2.110>
- Kemkes RI. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf*. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- Kemkes RI. (2019). *RISKESDAS 2018: Laporan Provinsi Nusa Tenggara Timur*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. https://drive.google.com/file/d/1eTnJI-2TFV-1FhFPNhIvQ5Tykye_RCji/view?usp=drive_link
- Mufizarni, Reza, Farsia, L., & Hanum, C. F. (2023). *The Effect of Counselling with Demonstration Methods on Tooth Brushing Skills in Students SDN 1 Lampeuneurut Aceh Besar*. 2(2), 6–12.
- Mututanthri, S. A., Thoradeniya, T., & Harris, R. (2025). Quantitative relationship between free sugars intake and early childhood caries among preschoolers in Sri Lanka. *Journal of Dentistry*, 152, 105441. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jdent.2024.105441>
- Rahayu, E. S., Mufizarni, & Reza. (2024). Impact of Demonstrative Teeth Brushing Method on Student Behavior and Dental Hygiene. *Mutiara Ners*, 7(1), 30–44.
- World Health Organization. (2022). *Global oral health status report*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240061484>
- World Health Organization. (2025). *Sugars and dental caries*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/sugars-and-dental-caries>