

KARYA TULIS ILMIAH

**PERANAN PENYULUHAN TENTANG MENYIKAT GIGI TERHADAP
KARIES PADA SISWA/I KELAS IV SD NEGERI PERCONTOHAN
KABANJAHE KECAMATAN KABANJAHE
KABUPATEN KARO**



HAWARINA GINTING

NIM. P07525018127

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN GIGI
TAHUN 2019**

KARYA TULIS ILMIAH

**PERANAN PENYULUHAN TENTANG MENYIKAT GIGI TERHADAP
KARIES PADA SISWA/I KELAS IV SD NEGERI PERCONTOHAN
KABANJAHE KECAMATAN KABANJAHE
KABUPATEN KARO**

**Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Diploma III**



**HAWARINA GINTING
NIM. P07525018127**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN GIGI
TAHUN 2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : PERANAN PENYULUHAN TENTANG MENYIKAT GIGI
TERHADAP KARIES PADA SISWAI KELAS IV SD NEGERI
PERCONTOHAN KABANJAHE KECAMATAN KABANJAHE
KABUPATEN KARO

NAMA : HAWARINA GINTING

NIM : P07525018127

Telah Diterima dan Disetujui untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Medan, Mei 2019

Menyetujui,

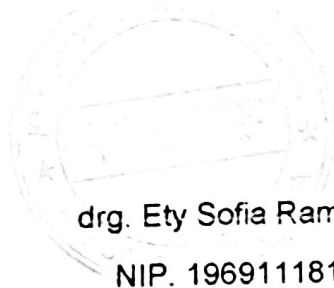
Pembimbing



DR. drg. Ngena Ria, M.Kes

NIP. 1967041019991032003

Ketua Jurusan Keperawatan Gigi
Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan



drg. Ety Sofia Ramadhan, M.Kes

NIP. 196911181993122001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : PERANAN PENYULUHAN TENTANG MENYIKAT GIGI
TERHADAP KARIES PADA SISWAI KELAS IV SD NEGERI
PERCONTOHAN KABANJAHE KECAMATAN KABANJAHE
KABUPATEN KARO

NAMA : HAWARINA GINTING

NIM : P07525018127

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji pada Sidang Ujian Jurusan Keperawatan Gigi
Poltekkes Kemenkes RI Medan

Tahun 2019

Penguji I



Netty Jojo Aritonang, S.Pd, M.Kes

NIP. 195910161982012001

Penguji II



drg. Hj Herlinawati M.Kes

NIP. 1962111919892032001

Ketua Penguji

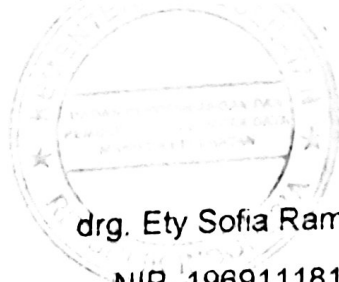


DR. drg. Ngena Ria, M.Kes

NIP. 1967041019991032003

Ketua Jurusan Keperawatan Gigi

Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan



drg. Ety Sofia Ramadhan, M.Kes

NIP. 196911181993122001

PERNYATAAN

PERANAN PENYULUHAN TENTANG MENYIKAT GIGI TERHADAP KARIES PADA SISWA/ I KELAS IV SD NEGERI PERCONTOHAN KABANJAHE KECAMATAN KABANJAHE KABUPATEN KARO

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Medan, ..Juni..2019

Hawarina Ginting
P07525018127

**MEDAN HEALTH POLYTECHNICS OF MINISTRY OF HEALTH
DENTAL HYGIENE DEPARTMENT
SCIENTIFIC PAPER, 28th May 2019**

Hawarina Ginting

**The Role of Counseling About Brushing Teeth Against Caries in Class IV
Students of Si Negeri Percontohan of Kabanjahe City, Karo District.**

viii +33 pages + 3 tables + 8 attachments

Abstract

Health education is a learning process to develop true understanding and positive attitude towards the individual knows group towards health so that the person concerned applies a healthy way of life as part of the method everyday life.

Research is a descriptive study with a survey method aims to see the role of counseling about brushing teeth against homes and average caries in school-age children. The population. . this. study where. Elementary school. student of. SD Negeri Person tohan, Kabanjahe City, Karo District as many as 80 peoples, with a sample of 30 students.

The results of the Study obtained the level of knowledge of the fourth students before counseling with good criteria as many as 3 students (10%). medium criteria as many as 19 students (63.33%) and bad criteria as many as 8 students (26.67%). After counseling. the level of knowledge of class TV students is by good criteria of as many as 15 students (50%), medium criteria as many as 14 students (46.67%) and bad criteria as many as 1 student (3.33%)

Extensor activities can increase knowledge about how to brush teeth, and can reduce the number of caries in the teeth. Also expected students from SD Negeri Percontohan Kabanjahe, Kabanjahe District, Karo Regency can getting used to maintaining dental health from an early age.

Keywords: Extension, Brushing Teeth, Caries

References: 9 (1999-2015)

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN GIGI
KTI, 28 Mei 2019

Hawarina Ginting

Peranan Penyuluhan Tentang Menyikat Gigi Terhadap Karies Pada Siswa/i Kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo.

viii + 33 halaman + 3 tabel + 8 lampiran

Abstrak

Penyuluhan kesehatan merupakan suatu proses belajar untuk mengembangkan pengertian yang benar dan sikap yang positif pada individu atau kelompok terhadap kesehatan agar yang bersangkutan menerangkan cara hidup sehat sebagai bagian dari cara hidupnya sehari-hari.

Penelitian merupakan penelitian yang bersifat deskriptif dengan metode survey yang bertujuan untuk melihat peranan penyuluhan tentang menyikat gigi terhadap jumlah dan rata-rata karies pada anak usia sekolah. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i SD Negeri Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo sebanyak 80 orang, dengan sampel berjumlah 30 orang siswa/i.

Hasil penelitian diperoleh tingkat pengetahuan siswa/i kelas IV sebelum penyuluhan adalah dengan kriteria baik sebanyak 3 siswa (10%), kriteria sedang sebanyak 19 siswa (63,33%) dan kriteria buruk sebanyak 8 siswa (26,67%). Setelah dilakukan penyuluhan, tingkat pengetahuan siswa/i kelas IV adalah dengan kriteria baik sebanyak 15 siswa (50%), kriteria sedang sebanyak 14 siswa (46,67%) dan kriteria buruk sebanyak 1 siswa (3,33%)

Kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan tentang cara menyikat gigi yang baik dan benar, serta dapat menurunkan angka karies pada gigi. Diharapkan pula siswa/i SD Negeri Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo dapat membiasakan diri untuk menjaga kesehatan gigi sejak dini.

Kata Kunci : Penyuluhan, Menyikat Gigi, Karies
Daftar Bacaan : 9 (1999-2015)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa, atas berkat dan kasihNya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul “Peranan Penyuluhan tentang Menyikat Gigi terhadap Karies pada Siswa/i SD Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2019”. Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Diploma III Politeknik Kesehatan KEMENKES Medan untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan Gigi.

Dalam menyelesaikan karya tulis ini, banyak yang telah membantu dan memberikan bimbingan dan saran. Untuk itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Ibu DR. drg. Ngenaria M.Kes selaku Pembimbing, sekaligus sebagai Penguji yang telah sabar memberikan bimbingan dan arahan serta waktunya kepada penulis mulai dari awal hingga terselesainya karya ilmiah ini
2. Ibu drg. Ety Sofia Ramadhan M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan Medan
3. Ibu Netty Jojo Aritonang S.Pd, M.Kes selaku Penguji 1 yang telah memberikan masukan dan arahan kepada penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
4. Ibu drg. Hj. Herlinawati M.Kes sebagai Ketua Penguji yang telah meluangkan waktu, memberikan saran dan arahan kepada penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
5. Seluruh dosen dan staf pegawai Jurusan Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan KEMENKES RI Medan yang telah memberikan bantuan serta dorongan dan membekali penulis dengan ilmu pengetahuan
6. Ibu Minaria Br Tarigan, S.Pd selaku Kepala Sekolah SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo serta seluruh staf pengajar yang telah memberikan izin dan bantuan kepada penulis selama melakukan penelitian
7. Terima kasih kepada suami tercinta, Drs. Janti Barus dan anak-anak penulis tersayang, Riska Dewi dan Jan Harianda yang telah membantu memberikan doa dan dukungan moral dan material untuk menyelesaikan jenjang pendidikan di jurusan keperawatan gigi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
8. Bapak Dr. selaku kepala Puskesmas Kabanjahe yang telah memberi izin untuk mengikuti perkuliahan dan memberikan motivasi kepada pelaku sehingga dapat menyelesaikan karya tulis masalah ini

9. Ibu drg. Selaku dokter gigi di Poli Gigi yang telah banyak membantu/mengizinkan di dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
10. Teman RPL 2019 di Politeknik Kesehatan Kemenkes Jurusan Keperawatan Gigi Medan yang saling bekerjasama dan selalu membantu baik suka maupun duka dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya, semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi setiap pembaca, khususnya bagi mahasiswa/i Jurusan Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.

Medan, Mei 2019

Hawarina Ginting

P07525018127

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
C.1. Tujuan Umum.....	3
C.2. Tujuan Khusus.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Penyuluhan.....	5
A.1. Pengertian Penyuluhan.....	5
A.2. Tujuan Penyuluhan.....	5
A.3. Mengajari Anak-Anak Menyanyikan Lagu “Ayo Kita Sikat Gigi”	6
A.4. Langkah-Langkah Penyuluhan	7
A.5. Prinsip-Prinsip Dasar Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut	8
B. Menyikat Gigi.....	9
B.1. Pengertian Menyikat Gigi.....	9
B.2. Tujuan Menyikat Gigi	9
B.3. Lama dan Frekuensi Menyikat Gigi.....	10
B.4. Waktu yang Tepat Menyikat Gigi	10
B.5. Alat dan Bahan Menyikat Gigi.....	11
B.6. Cara Menyikat gigi	12
B.7. Teknik Menyikat Gigi yang Baik dan Benar.....	15
B.8. Manfaat Menyikat Gigi	18
C. Karies Gigi	20
C.1. Definisi Karies Gigi	20
C.2. Penyebab Karies Gigi	21

C.3. Proses Terjadinya Karies Gigi.....	22
D. Indeks Karies Gigi.....	23
E. Kerangka Konsep	23
F. Definisi Operasional.....	24

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	25
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	25
B.1. Lokasi Penelitian.....	25
B.2. Waktu Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian.	25
C.1. Populasi.....	25
C.2. Sampel	25
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.	25
D.1. Data Premier	25
D.2. Data Skunder.....	26
E. Prosedur Penilaian	27
E.1. Persiapan	27
E.2. Alat dan bahan.....	27
E.3. Pelaksanaan.....	28
F. Pengolahan dan Analisa Data.....	28
F.1. Pengolahan Data	28
F.2. Analisa Data	29

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	30
B. Pembahasan	31

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	33
B. Saran.....	33

DAFTAR PUSTAKA.....

LAMPIRAN.....

DAFTAR TABEL

- Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan tentang Menyikat Gigi Sebelum Penyuluhan pada Siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo 30
- Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan tentang Menyikat Gigi Sesudah Penyuluhan Siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2019 30
- Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Rata-rata Karies Pada Siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2019 31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Penelitian

Lampiran 2. Surat Pernyataan Izin Melaksanakan Penelitian

Lampiran 3. Surat Keterangan Selesai Melaksanakan Penelitian

Lampiran 4. Daftar Konsultasi

Lampiran 5. Master Tabel

Lampiran 6. Jadwal Penelitian

Lampiran 7. Biodata Peneliti

Lampiran 8. Informant Consent

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan adalah hak asasi manusia dan sekaligus melestarikan untuk keberhasilan pembangunan bangsa, untuk itu diselenggarakan pembangunan kesehatan secara menyeluruh dan berkesinambungan, dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang. Agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi (Ramadhan, 2014).

Untuk mewujudkan derajat kesehatan yang optimal bagi masyarakat maka diselenggarakan kegiatan yang dilakukan secara terpadu, terintegrasi, dan berkesinambungan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan, pengobatan penyakit, dan pemeliharaan kesehatan.

Salah satu upaya mencegah terjadinya karies pada gigi adalah perlunya diadakan penyuluhan kesehatan gigi secara dini pada anak usia sekolah, karena merupakan masa untuk meletakkan landasan kokoh bagi terwujudnya manusia yang berkualitas dan kesehatan merupakan faktor penting yang menentukan kualitas sumber daya manusia.

Penyuluhan kesehatan gigi merupakan tindakan pencegahan dini sebelum terjadinya kerusakan pada gigi-geligi. Untuk merubah perilaku dari aspek pengetahuan, sikap dan tindakan yang tidak sehat kearah perilaku yang sehat. Penyuluhan diberikan kepada anak harus sesuai usia anak, materi yang diberikan adalah tentang menyikat gigi. Menyikat gigi sebaiknya dilakukan dengan jenis sikat gigi yang baik, cara yang benar, waktu yang tepat, lama menyikat, dan penggunaan pasta gigi yang tepat.

Peningkatan kesehatan dalam kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan melalui penyuluhan. Kegiatan penyuluhan atau penyebarluasan informasi bertujuan untuk menunjang terjadinya hidup sehat. Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Machfoedz, 2015).

Menyikat gigi harus dilakukan dengan baik dan benar agar debris atau sisa makanan dapat dihilangkan dari permukaan gigi. Debris jika tidak dibersihkan akan menimbulkan berbagai masalah, antara lain karang gigi, gigi berlubang (karies), bau mulut, dan sebagainya. Cara menyikat gigi yang baik dan benar yaitu dilakukan secara rutin, tekun, teliti, teratur. Waktu yang paling tepat untuk menyikat gigi adalah setiap selesai sarapan dan sebelum tidur malam (Ramadhan, 2014).

Usaha kesehatan di sekolah merupakan masa untuk meletakkan landasan yang kokoh bagi terwujudnya manusia yang berkualitas dan kesehatan merupakan faktor penting yang menentukan kualitas sumber daya manusia. Peran sekolah sangat diperlukan dalam upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut anak, karena faktor lingkungan yang salah satunya adalah sekolah memiliki kekuatan dasar dalam menentukan perilaku kebiasaan menyikat gigi pada anak yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari tanpa ada perasaan terpaksa.

Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut adalah usaha terencana dan terarah untuk menciptakan suasana agar seseorang atau kelompok masyarakat mau mengubah perilaku lama yang kurang menguntungkan untuk kesehatan gigi, menjadi lebih menguntungkan untuk kesehatan giginya serta mencegah gigi berlobang (Hongini,dkk,2015).

Tujuan penyuluhan kesehatan gigi adalah adanya perubahan perilaku dari masyarakat kearah perilaku sehat sehingga tercapai derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Untuk mewujudkan derajat kesehatan yang optimal, tentunya perubahan perilaku yang diharapkan setelah menerima pendidikan tidak dapat terjadi sekaligus. Oleh karena itu, pencapaian target penyuluhan kesehatan gigi dibagi menjadi tujuan jangka pendek, jangka menengah, dan jangka panjang.

Hasil yang diharapkan dari penyuluhan kesehatan gigi dalam jangka pendek adalah tercapainya perubahan pengetahuan masyarakat. Dalam tujuan jangka menengah, hasil yang diharapkan adanya peningkatan pengertian, sikap, dan keterampilan yang akan mengubah perilaku masyarakat kearah perilaku sehat. Tujuan jangka panjang adalah masyarakat dapat menjalankan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-harinya serta mencegah gigi untuk berlobang (Pintauli S,2012).

Pada anak usia sekolah perlu usaha penyuluhan tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Penyuluhan diadakan untuk memberikan informasi kepada anak-anak mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan

mulut dengan cara menyikat gigi sehingga mengurangi karies pada anak-anak (Putri, 2015).

Survey awal yang dilakukan di SD Percontohan, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo terdapat 80 orang dari seluruh siswa kelas IV. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan “Peranan Penyuluhan Tentang Cara Menyikat Gigi terhadap karies pada siswa/i kelas IV SD Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo tahun 2019.

B. Perumusan Masalah

Bagaimana peranan penyuluhan tentang menyikat gigi terhadap karies pada siswa/i kelas IV SD Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo tahun 2019.

C. Tujuan Penelitian

C.1. Tujuan Umum

Adapun tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan penyuluhan tentang menyikat gigi terhadap karies pada siswa/i kelas IV Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo tahun 2019.

C.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan menyikat gigi siswa/i kelas IV SD Percontohan Kabanjahe sebelum dilakukan penyuluhan.
2. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan menyikat gigi siswa/i kelas IV SD Percontohan Kabanjahe setelah dilakukan penyuluhan.
3. Agar siswa/i dapat menyanyikan lagu “Ayo Kita Sikat Gigi” dan melaksanakannya.
4. Untuk mengetahui jumlah dan rata-rata karies gigi pada siswa/i kelas IV SD Percontohan Kabanjahe.

D. Manfaat Penelitian

1. Menambah pengetahuan bagi peneliti tentang peranan penyuluhan tentang menyikat gigi terhadap karies pada siswa/i kelas IV SD Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo tahun 2019.

2. Sebagai bahan informasi bagi siswa/i dan guru SD Percontohan Kabanjahe dalam upaya merencanakan pemeliharaan kesehatan gigi.
3. Untuk menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti lain, serta sebagai bahan referensi dan informasi di perpustakaan jurusan Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan gigi dan mulut.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyuluhan

A.1. Pengertian Penyuluhan

Menurut Waston (1985) penyuluhan adalah menyediakan informasi bagi klien dan kejadian-kejadian dalam hidup secara efektif (Maulana 2014). Penyuluhan kesehatan sama dengan pendidikan kesehatan masyarakat (*Public Health Education*), yaitu suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Depkes, 2012).

Penyuluhan kesehatan merupakan suatu proses belajar untuk mengembangkan pengertian yang benar dan sikap yang positif pada individu atau kelompok terhadap kesehatan agar yang bersangkutan menerapkan cara hidup sehat sebagai bagian dari cara hidupnya sehari-hari (Notoatmodjo, 2012).

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu, dan mengerti tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Dengan pengertian tersebut maka petugas penyuluhan kesehatan harus menguasai ilmu komunikasi juga harus menguasai pemahaman yang lengkap tentang pesan yang akan disampaikan (Machfoedz, 2015).

Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut adalah upaya-upaya yang dilakukan untuk merubah perilaku seseorang, sekelompok orang atau masyarakat sehingga mempunyai kemampuan dan kebiasaan untuk berperilaku hidup sehat dibidang kesehatan gigi dan mulut (Depkes, 2012).

A.2. Tujuan Penyuluhan

Tujuan penyuluhan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku hidup sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal, terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup sehat baik

fisik, mental, dan sosial sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian (Notoatmodjo, 2012).

Sedangkan tujuan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut adalah mengubah perilaku masyarakat kearah sehat sehingga tercapai derajat kesehatan gigi dan mulut yang optimal, adapun tujuan dari penyuluhan kesehatan gigi dan mulur adalah:

1. Meningkatkan pengetahuan kesehatan sasaran dibidang kesehatan gigi dan mulut.
2. Membangkitkan kemauan dan membimbing masyarakat dan individu untuk meningkatkan dan melestarikan kebiasaan pelihara diri didalam bidang kesehatan gigi dan mulut.
3. Mampu memelihara kesehatan gigi dan mulut baik sendiri maupun kesehatan keluarga.
4. Mampu menjalankan upaya mencegah terjadinya penyakit gigi dan mulut serta menjelaskan kepada keluarganya tentang pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut.
5. Mampu mengenal adanya kelainan dalam mulut sedini mungkin kemudian mencari sarana pengobatan yang tepat dan benar.
6. Mengenalkan kepada masyarakat tentang kesehatan gigi dan mulut dan pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.
7. Menjelaskan akibat-akibat yang timbul dari kelalaian menjaga kesehatan gigi dan mulut.
8. Menanamkan perilaku sehat sejak dini melalui kunjungan ke sekolah.

(Depkes RI, 2010).

A.3. Mengajari Anak-Anak Menyanyikan Lagu “Ayo Kita Sikat Gigi”

Supaya anak-anak lebih mudah mengingat bagaimana cara menyikat gigi yang baik dan benar, maka diajari bernyanyi lagu “Ayo Kita Sikat Gigi”.

Berikut adalah lirik lagunya:

“Ayo kita sikat gigi 2 kali sehari
Sikat gigi pagi setelah makan dan malam sebelum tidur
Sikat... gigimu yang atas ke bawah
Sikat... gigimu yang bawah keatas
Untuk gigi bagian belakang gerakan maju mundur
Kalau untuk bagian dalam gerakannya keluar

Sikat... gigimu yang atas ke bawah
Sikat... gigimu yang bawah keatas”

A.4. Langkah-langkah Penyuluhan

Untuk melaksanakan program penyuluhan harus membuat perencanaan penyuluhan terlebih dahulu, suatu perencanaan yang baik harus memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Dapat dilaksanakan terus menerus.
2. Berorientasi ke masa depan.
3. Dapat menyelesaikan suatu masalah.
4. Mempunyai tujuan.

Menurut Herijulianti (2002) langkah-langkah yang perlu dilakukan dalam menyusun perencanaan penyuluhan adalah:

1. Analisis Situasi

Analisis situasi merupakan suatu kegiatan dalam mengumpulkan data tentang keadaan wilayah, masalah-masalah sehingga diperoleh informasi yang akurat tentang masalah yang dihadapi.

2. Penentuan Prioritas Masalah

Mengurutkan masalah dari masalah yang dianggap paling penting sampai dengan urutan yang kurang penting. Ini dapat dilakukan dengan menggunakan beberapa metode, antara lain dengan cara pembobotan.

3. Penentuan Tujuan

Tujuan penyuluhan adalah mengubah perilaku anak dari perilaku yang tidak sehat ke arah perilaku sehat.

4. Penentuan Sasaran

Sasaran untuk penyuluhan dapat dibedakan menjadi:

- a. Masyarakat umum
- b. Masyarakat sekolah, sebagai masyarakat yang mudah dicapai
- c. Kelompok masyarakat tertentu, misalnya kader kesehatan yang membantu menggerakkan dan menyebarkan informasi.

5. Penentuan Pesan

Pesan merupakan informasi yang akan disampaikan kepada sasaran. Pesan yang disampaikan harus disesuaikan dengan sasaran yang akan diberikan penyuluhan.

6. Penentuan Metode

Pemilihan metode biasanya mengacu pada penentuan tujuan yang ingin dicapai, apakah perubahan pada tingkat kognitif, afektif atau psikomotor (contoh: untuk mengubah kognitif / pengetahuan dapat memilih dengan menggunakan metode ceramah ataupun diskusi).

7. Penentuan Media

Dalam menyampaikan penyuluhan digunakan media dan alat bantu peraga. Pemilihan media dan metode yang tepat serta didukung oleh kemampuan dari tenaga penyuluh merupakan suatu hal untuk mempermudah proses belajar mengajar.

8. Penentuan Rencana Penilaian

Penilaian yang dilakukan meliputi: penentuan tujuan penilaian, penentuan tolak ukur yang akan digunakan untuk penilaian.

9. Penyusunan Jadwal Kegiatan

Rencana kegiatan dibuat dalam satu kurun waktu yang terjadwal yang disesuaikan dengan sasaran, tujuan, materi, media, alat peraga, petugas penyuluh, waktu dan rencana penilaian.

A.5. Prinsip-Prinsip Dasar Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut

Penyuluhan merupakan upaya pendidikan yang memiliki prinsip-prinsip tertentu. Yang harus diperhatikan agar penyuluhan berhasil yakni:

1. Prinsip-prinsip dasar penyuluhan masyarakat meliputi: seorang penyuluh hendaknya mempunyai keahlian, kejujuran, ketekunan dan kesungguhan dalam melaksanakan aktifitasnya, antara penyuluh dan kelompok sasaran yang harus terjadi jalinan hubungan batin yang baik, materi atau bahan penyuluhan yang disampaikan hendaknya mulai dari materi yang paling mudah diterima dan secara bertahap sesuai dengan kebutuhan kelompok, media yang digunakan tepat guna dan berdaya guna.
2. Prinsip dasar penyuluhan kelas antara lain:
Mengikuti sertakan peserta didik pada saat memberikan penyuluhan dalam kelas, memajukan pelajaran peserta didik pada saat memberikan pelajaran yang mudah kemudian bertahap dilanjutkan kepada yang sulit, keluwesan dalam pergaulan membiarkan diri mengikuti kehendak anak-anak sesuai dengan keadaan mereka.

3. Bentuk penyuluhan

Penyuluhan individu atau perorangan yaitu formal dan informal yang dilaksanakan di puskesmas dan kunjungan rumah, penyuluhan kelompok misalnya Karang Taruna dan ibu-ibu PKK, penyuluhan massa yaitu penyuluhan yang diberikan pada sekelompok orang atau masyarakat dalam jumlah yang besar, misalnya memasang poster/tulisan ditempat ramai, melalui media massa seperti televisi, radio, dan surat kabar.

(Machfoedz, 2015)

B. Menyikat Gigi

B.1. Pengertian Menyikat Gigi

Menyikat gigi adalah membersihkan gigi dari kotoran/ sisa makanan dengan menggunakan sikat gigi dan pasta gigi (Ramadhan, 2014).

Menyikat gigi adalah kegiatan rutinitas yang penting dalam menjaga dan memelihara kesehatan gigi setiap hari. Menyikat gigi merupakan suatu kontrol plak dan langkah awal untuk mencegah karies. Saat ini kontrol plak telah dilengkapi dengan penambahan bahan aktif yang mengandung bahan dasar alami ataupun sintetik sebagai bahan antibakteri yang tersedia dalam bentuk sediaan obat kumur dan pasta gigi (Hongini, dkk, 2015).

B.2. Tujuan Menyikat Gigi

Tujuan menyikat gigi (*Brushing Teeth*) adalah menghilangkan dan mengganggu pembentukan plak, membersihkan gigi dari makanan, debris dan pewarnaan, menstimulasi jaringan gingival, mengaplikasikan pasta gigi yang berisi suatu bahan khusus yang ditujukan terhadap karies, penyakit periodontal atau sensitivitas (Ramadhan, 2014).

Menyikat gigi setelah makan dan sebelum tidur merupakan kegiatan rutin sehari-hari yang mana bertujuan untuk menghilangkan partikel makanan dari dalam gigi. Menjaga gigi agar selalu bersih, membantu menghilangkan plak yang menyebabkan pembusukan dan membuat nafas terasa lebih segar.

Menyikat gigi dilakukan minimal dua kali sehari yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur di malam hari. Tujuan menyikat gigi setelah sarapan adalah untuk membersihkan sisa makanan yang menempel di gigi, menyegarkan nafas, dan membuat lebih percaya diri. Membiasakan diri menyikat gigi setelah sarapan otomatis akan membiasakan sarapan setiap pagi. Menyikat gigi sebelum tidur

penting dan sangat efektif untuk menjaga kesehatan gigi. Malam hari aktivitas kuman meningkat dua kali lipat dibandingkan pada siang hari. Sementara kemampuan saliva untuk menetralkan kuman berkurang karena tidak ada makanan atau minuman yang masuk ke dalam mulut (Machfoedz, 2015).

B.3. Lama dan Frekuensi Menyikat Gigi

Lama waktu menyikat gigi pada seseorang tidak sama, tergantung kecenderungan seseorang terhadap plak dan debris, keterampilan menyikat gigi, dan kemampuan saliva membersihkan sisa makanan dan debris. Makin lama menyikat gigi, makin efektif dalam membersihkan plak. Menyikat gigi yang menggunakan sikat gigi manual dibutuhkan waktu tidak kurang dari 2 menit, sedangkan menggunakan sikat gigi elektrik dibutuhkan waktu tidak kurang dari 1 menit.

Frekuensi menyikat gigi menurut *American Dental Association* (ADA) minimal 2 kali sehari yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Menyikat gigi secara tidak teratur akan menimbulkan efek pada rongga mulut. Plak yang tidak disingkirkan secara sempurna, dapat menyebabkan bau mulut, karies, dan penyakit periodontal (Ramadhan, 2014).

B.4. Waktu Yang Tepat Menyikat Gigi

Waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah ketika ingin tidur malam, dan setelah sarapan di pagi hari. Apabila frekuensinya ingin ditambah maka waktu yang cocok adalah setelah makan siang.

1. Ketika akan tidur malam

Sisa-sisa makanan dan minuman selama seharian penuh mungkin kelihatannya bersih, mungkin saja serpihan (debris) makanan terselip diantara gigi. Jangan sampai sisa makana dan minuman itu dibawa tidur karena bisa menimbulkan banyak kerugian. Salah satunya bisa menyebabkan munculnya karang gigi.

Maka sebaiknya sebelum tidur malam itu disempatkan untuk menggosok gigi. Supaya sisa-sisa makanan dan minuman tadi bersih, sehingga kuman-kuman tidak mendapatkan jatah makan malam, lalu jadi malas dan tidak berkembang biak di dalam rongga mulut.

2. Setelah sarapan di pagi hari

Waktu yang tepat untuk sikat gigi sebelum tidur adalah setelah sarapan pagi setelah 30 menit. Tidak langsung setelah makan langsung sikat gigi. Jeda waktu tadi untuk memberi kesempatan sistim pencernaan kita, utamanya di rongga mulut, bekerja optimal.

3. Sikat gigi saja belum cukup

Menyikat gigi saja belum cukup. Setidaknya setiap 6 bulan sekali periksalah ke dokter gigi untuk mengetahui masalah yang mungkin muncul, juga untuk membersihkan karang gigi sebelum menumpuk terlalu banyak.

Umumnya dokter gigi selalu menganjurkan pasien untuk menyikat giginya segera setelah makan. Pasien harus menyikat gigi secara teratur minimal 2 kali sehari yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Biasanya rata-rata menyikat gigi kira-kira 1 menit, walaupunada juga yang melaporkan 2 sampai 2,5 menit. Penentuan waktu ini tidak bisa sama pada setiap orang terutama pada orang yang sangat memerlukan program kontrol plak, yang perlu diingat bahwa sebaiknya pasien diberitahu urutan menyikat gigi (Ayu Intan, 2013).

B.5. Alat dan Bahan Menyikat Gigi

Perlu kita perhatikan dalam memilih produk kesehatan untuk gigi. Berikut adalah alat dan bahan menyikat gigi:

1. Sikat gigi

Ada berbagai macam jenis sikat gigi yang dijual di pasaran. Hal ini membuat kita dapat memilih mana yang kita sukai dari bentuknya atau warnanya. Akan tetapi memilih sikat gigi yang tepat bukan dilihat dari bentuk dan warnanya.

Pilihan terbaik memilih sikat gigi adalah bagian sikat gigi yang lembut dan ujungnya tidak rata. Sikat yang lembut dan ujungnya tidak rata akan memudahkan masuk kedalam sela-sela gigi. Hal ini akan membersihkan gigi lebih maksimal dalam waktu yang singkat.

Keuntungan lainnya yang didapat dengan menggunakan sikat gigi yang lembut adalah melindungi email gigi agar tidak mudah terkikis, merawat gusi agar tidak luka atau iritasi, merawat langit-langit agar tidak luka, menyikat lebih banyak bagian gigi.

Hindari memilih sikat yang keras, karena dapat mengikis email gigi lebih cepat serta dapat membuat iritasi pada gusi. Hal ini dapat mempercepat kerusakan organ yang ada di dalam mulut.

2. Pasta Gigi

Seperti halnya sikat gigi, pasta gigi juga ada sangat banyak yang dijual di pasaran. Kita juga dapat memilih mana yang kita sukai. Mungkin kandungan rasa kesegaran dan harga yang murah menjadi pilihan.

Akan tetapi hal yang perlu diperhatikan di sini adalah kandungan yang ada di dalam pasta gigi yaitu flouride.

Flouride merupakan mineral yang sangat bermanfaat untuk kesehatan gigi. Ketika kita mengkonsumsi bahan makanan yang banyak mengandung gula dan pati, menyebabkan bakteri mudah berkembang biak di gigi. Disinilah peran dari flouride akan membantu melindungi gigi dari bakteri tersebut.

Manfaat flouride pada gigi kita adalah melindungi gigi dari asam didalam mulut. Asam ini bisa disebabkan oleh makanan, ataupun dari bakteri yang berkembang biak dimulut. Sisa-sisa makanan yang tertinggal disela-sela gigi kita juga dapat diurai bakteri menjadi asam. Hal ini akan menambah cepat rusaknya gigi. Flouride akan membuat enamel gigi menjadi lebih kuat dan melindungi dari sengatan asam.

3. Obat kumur

Sebagian kita juga pernah menggunakan obat kumur, Sebagian juga tidak. Memang ada banyak obat kumur yang ada dipasaran. Dalam merawat gigi tidak ada salahnya untuk menggunakan obat kumur ini agar dapat membersihkan gigi 2 kali lipat. Hal ini disebabkan karena dengan berkumur dapat menjangkau seluruh bagian sela-sela gigi sehingga dapat memberikan kebersihan mulut optimal. Adapun kandungan yang perlu diperhatikan dalam obat kumur adalah antibakteri, flouride, tidak mengandung pewarna dan mengandung penyegar mulut atau rasa mint. (Hongini,dkk,2015)

B.6 Cara Menyikat Gigi

Hal-hal penting untuk diketahui dalam menggosok gigi agar mendapatkan hasil yang maksimal dan menjadikan gigi putih, bersih dan mengikatkan percaya diri:

1. Penggunaan Pasta

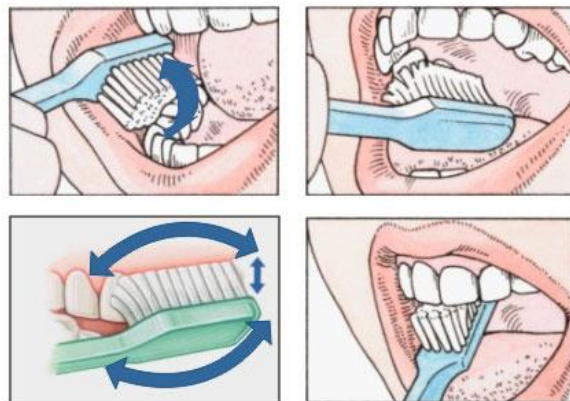
Pertama kali sebelum menggosok gigi adalah meletakkan pasta gigi diatas sikat. Gunakan pasta secukupnya saja. Untuk orang dewasa anda bisa mengeluarkan pasta sepanjang sikat gigi, sedangkan untuk anak kecil, ambil sebesar biji jagung saja agar tidak terlalu berlebihan.

2. Meratakan Pasta

Masukkan sikat gigi bersama pasta gigi kedalam mulut. Agar pasta gigi tidak menempel disatu bagian saja, cobalah ratakan terlebih dahulu dibagian gigi sebelah kanan dan juga sebelah kiri. Gosok perlahan-lahan agar pasta menempel di seluruh bagian gigi.

3. Gerakan Menggosok

Setelah pasta rata berada di seluruh gigi, sekarang saatnya untuk menggosok gigi yang tepat. Pertama bagian belakang gigi atau gigi graham bagian sampingnya, anda gosok secara vertical (naik turun) dengan memiringkan sikat 45 derajat.



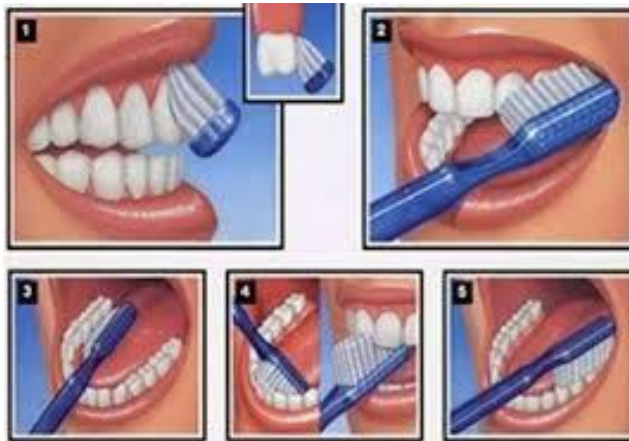
Gambar 1. Gerakan Menyikat Gigi Yang Benar

Untuk gigi tepi bagian atas anda gunakan gerakan satu arah saja, arah menurun. Dengan mengarahkan sikat gigi miring 45 derajat bagian tepi sikat gigi yang akan membersihkan area graham atas. Lakukan juga untuk gigi tepi bagian bawah. Anda gunakan gerakan satu arah saja, arah keatas. Dengan mengarahkan sikat gigi 45 derajat bagian tepi sikat gigi ini yang akan membersihkan area graham bawah tersebut.

Ini juga anda lakukan pada bagian gigi sebelahnya. Jika diatas tadi adalah bagian kanan, maka anda lakukan juga pada bagian kirinya serta lakukan bagian gigi depan. Lakukan dalam tempo yang santai saja, jangan terburu-buru dan jangan terlalu keras menekan sikat gigi agar tidak melukai gusi atau mengikis detin gigi.

4. Gosok Keseluruhan

Setelah menggosok gigi secara keseluruhan, bagian kanan, bagian depan dan bagian kiri, selanjutnya adalah bagian atas atau permukaan gigi dan bagian belakang gigi. Bagian atas atau permukaan gigi adalah gigi graham atas atau gigi graham bawah. Untuk bagian belakang gigi adalah gigi depan atas dan gigi depan bawah. Ini berfungsi untuk membersihkan gigi dari sisi-sisa makanan yang menyangkut diatas gigi graham dan mencegah plak di belakang gigi.



Gambar 2. Gerakan membersihkan gigi dari sisa-sisa makanan

Untuk menggosok bagian ini, anda cukup menggerakkan maju dan mundur saja sampai di perkiraan waktu yang cukup.

5. Gosok langit-langit dan lidah

Gosok pada bagian langit-langit mulut anda agar dapat dibersihkan secara menyeluruh. Gosok secara perlahan dan jangan terlalu keras atau menekan terlalu kuat karena dapat melukai kulit langit-langit. Terakhir, jangan lupa untuk menggosok lidah. Pada bagian permukaan lidah ini banyak sisa-sisa makanan yang menempel. Gosok secara perlahan hingga sampai ke pangkal lidah. Jangan di paksa sampai terasa ingin muntah. Setelah lidah di gosok akan terlihat lebih bersih dan segar.

6. Bersihkan semua busa

Setelah selesai menggosok seluruh bagian gigi, ambil air untuk berkumur. Bersihkan semua busa yang ada di dalam mulut dengan berkumur beberapa kali.

7. Gunakan *Floss*

Ketika ingin mendapatkan gigi yang bersih maksimal, sebaiknya menggunakan *flossing* agar dapat mencegah terbentuknya plak pada sela-sela gigi. Beberapa bagian didalam gigi yang tidak rata membuat sulit untuk dijangkau sikat gigi sehingga mengharuskan *flossing* untuk membersihkannya.

8. Gunakan obat kumur

Tidak ada keharusan untuk menggunakan obat kumur, akan tetapi apabila anda ingin menggunakannya, akan lebih baik. Karena dapat membersihkan mulut secara keseluruhan. Dimana bagian yang tidak dapat dijangkau sikat gigi dan *flossing* akan dapat dibilasnya.

9. Gunakan cermin

Gunakan cermin untuk memudahkan melihat bagian-bagian gigi sehingga bisa memperhatikan yang digosok. Ketika menggunakan floss, cermin akan memudahkan menemukan plak yang melekat pada gigi sehingga bisa membersihkan lebih maksimal. (Ayu Intan, 2013)

B.7 Teknik Menyikat Gigi yang Baik dan Benar

Menyikat gigi harus sistematis supaya tidak ada gigi yang terlewat, yaitu mulai dari posterior ke anterior dan berakhir pada bagian posterior sisi lainnya. Teknik penyikatan gigi yang baik dan benar yang dikembangkan oleh para ahli menyangkut proses pembersihan gigi dapat digolongkan ke dalam 9 teknik, yaitu:

1. Teknik Vertikal

Teknik vertikal dilakukan dengan kedua rahang tertutup, kemudian permukaan bukal gigi disikat dengan gerakan keatas dan kebawah. Untuk permukaan lingual dan palatinal gerakan yang sama dengan mulut yang terbuka. Cara ini memiliki kekurangan yaitu bila menyikat gigi tidak benar dapat menimbulkan resesi gusi sehingga akar gigi terlihat.

2. Teknik Horizontal

Permukaan bukal dan lingual disikat dengan gerakan ke depan dan ke belakang. Untuk permukaan oklusal gerakan horizontal yang sering disebut "*scrub brush technic*" dapat dilakukan dan terbukti merupakan cara yang sesuai dengan bantu anatomis permukaan oklusal. Kebanyakan orang yang belum diberi pendidikan khusus, biasanya menyikat gigi dengan

Teknik vertikal dan horizontal dengan tekanan yang keras. Cara-cara ini tidak baik karena dapat menyebabkan resesi gusi dan abrasi gigi.

3. Teknik Roll atau Modifikasi Stillman

Teknik ini disebut "*ADA-Roll Technic*", dan merupakan cara yang paling sering dianjurkan karena sederhana tetapi efisien dan dapat digunakan diseluruh bagian mulut. Bulu-bulu sikat ditempatkan pada gusi sejauh mungkin dari permukaan oklusai dengan ujung-ujung bulu sikat mengarah ke apeks dan sisi bulu sikat digerakkan perlahan-lahan melalui permukaan gigi sehingga bagian belakang dari kepala sikat bergerak dengan lengkungan. Pada waktu bulu-bulu sikat melalui mahkota klinis, kedudukannya hampir tegak lurus permukaan email. Gerakan ini diulang 8-12 kali setiap daerah dengan sistematis sehingga tidak ada yang terlewat. Cara ini dapat menghasilkan pemijatan gusi dan membersihkan sisa makanan di daerah interproksimal. Menyikat gigi dengan roll Teknik untuk membersihkan kuman yang menempel pada gigi. Teknik roll adalah menggerakkan sikat seperti berputar.

4. Teknik Charter

Pada permukaan bukal dan labial, sikat di pegang dengan tangkai dalam kedudukan horizontal. Ujung-ujung bulu diletakkan pada permukaan gigi membentuk sudut 45 derajat terhadap sumbu panjang gigi mengarah ke oklusal. Hati-hati jangan sampai menusuk gigi. Dalam posisi ini sisi dari bulu sikat berkotak dengan tepi gusi, sedangkan ujung dari bulu-bulu sikat berada pada permukaan gigi. Kemudian sikat ditekan sedemikian rupa sehingga ujung-ujung bulu sikat masuk ke interproksimal dan sisi-sisi bulu sikat menekan tepi gusi.

Sikat digetarkan dalam lengkungan-lengkungan kecil sehingga kepala sikat bergerak secara sirkuler, tetapi ujung-ujung bulu sikat harus tetap ditempat semula. Setiap kali dapat dbersihkan dua atau tiga gigi. Setelah tiga atau empat lingkaran kecil, sikat diangkat lalu ditempatkan lagi pada posisi yang sama, untuk setiap daerah dilakukan tiga atau empat kali. Jadi pada Teknik ini dilakukan gerakan oklusal maupun ke apical. Dengan demikian ujung-ujung buku sikat akan melepaskan debris dari permukaan gigi dan sisi bulu sikat memijat tepi gusi dan gusi interdental.

5. Teknik Stillman-McCall

Posisi bulu sikat yang berlawanan dengan Charter. Sikat gigi ditempatkan sebagian pada gigi dan sebagian pada gusi, membentuk sudut 45 derajat terhadap sumbu Panjang gigi mengarah ke apical. Kemudian sikat gigi ditekankan sehingga gusi memucat dan dilakukan gerakan rotasi kecil tanpa mengubah kedudukan ujung bulu sikat. Penekanan dilakukan dengan cara sedikit menekuk bulu-bulu sikat tanpa mengakibatkan fiksi atau trauma terhadap gusi. Bulu-bulu sikat dapat ditebuk ketiga jurusan, tetapi ujung-ujung bulu sikat harus pada tempatnya.

Metode Stillman-McCall ini telah diubah sedikit oleh beberapa ahli, yaitu ditambah dengan gerakan ke oklusai dari ujung-ujung bulu sikat, tetap mengarah ke apical. Dengan demikian, setiap gerakan berakhir dibawah ujung inisal dari mahkota, sedangkan pada metode yang asli, penyikatan hanya terbatas pada daerah servikal gigi dan gusi.

6. Teknik Bass

Sikat ditempatkan dengan sudut 45 derajat terhadap sumbu Panjang gigi mengarah ke apical dengan ujung-ujung bulu sikat pada tepi gusi. Dengan demikian, saku gusi dapat dibersihkan dan tepi gusi dapat dipijat. Sikat digerakkan dengan getaran-getaran kecil ke depan dan ke belakang selama kurang lebih 10-15 detik ke setiap daerah yang meliputi dua atau tiga gigi. Untuk permukaan lingual dan palatinal gigi belakang agak menyudut (agak horizontal) dan pada gigi depan, sikat dipegang vertikal.

7. Teknik Fones atau Teknik Sirkuler

Bulu-bulu sikat ditempatkan tegak lurus pada permukaan bukal dan labial dengan gigi dalam keadaan okulasi. Sikat digerakkan dalam lingkaran-lingkaran besar sehingga gigi dan gusi rahang atas dan rahang bawah disikat sekaligus. Daerah interproksimal tidak diberi perhatian khusus. Setelah semua permukaan bukal dan labial disikat, mulut dibuka lalu permukaan lingual dan palatinal disikat dengan gerakan yang sama, hanya dalam lingkaran-lingkaran yang lebih kecil. Karena cara ini agak sukar dilakukan di lingual dan palatinal, dapat dilakukan gerakan maju-mundur untuk daerah ini.

8. Teknik Fisiologi

Untuk Teknik ini digunakan sikat gigi dengan bulu-bulu yang lunak. Tangkai sikat gigi dipegang secara horizontal dengan bulu-bulu sikat tegak lurus

terhadap permukaan gigi. Metode ini didasarkan atas anggapan bahwa penyikatan gigi harus menyerupai jalannya makanan, yaitu dari mahkota kearah gusi. Setiap kali dilakukan beberapa kali gerakan sebelum berpindah ke daerah selanjutnya.

Teknik ini sukar dilakukan pada permukaan lingual dari premolar dan molar rahang bawah sehingga dapat diganti dengan gerakan getaran dalam lingkaran kecil. Bulu-bulu sikat gigi ditempatkan pada sudut kurang lebih 45 derajat terhadap sumbu Panjang gigi ke arah okusal, kemudian dengan menggunakan tekanan bulu-bulu sikat digetarkan diantara gigi-gigi disertai gerakan-gerakan rotasi kecil. Dengan demikian, sisi dari bulu-bulu sikat diangkat dan diletakkan kembali pada posisi yang sama. Prosedur ini dilakukan sampai seluruh permukaan bukal, labial dan lingual serta interproksimal bersih. Permukaan oklusal dibersihkan dengan cara menekan bulu sikat ke dalam ceruk dan fisura kemudian dilakukan gerakan rotasi kecil, sikat diangkat dan diletakkan kembali. Prosedur ini harus dilakukan berulang kali sampai seluruh permukaan kunyah menjadi bersih. Usaha-usaha lain yang dapat dilakukan untuk membantu mencegah pembentukan plak adalah memperbaiki susunan gigi yang tidak rata, memperbaiki pinggiran restorasi yang buruk, menghaluskan permukaan gigi yang kasar dan sebagainya dengan tujuan mengurangi "plak traps", tempat-tempat plak mudah dibentuk.

9. Teknik Kombinasi

Teknik ini menggabungkan Teknik menyikat gigi horizontal (kiri-kanan), vertikal (atas-bawah) dan sirkular (memutar). Setelah itu dilakukan penyikatan pada lidah diseluruh permukaannya, terutama bagian atas lidah. Gerakan pada lidah tidak ditemukan, namun umumnya adalah dari pangkal belakang lidah sampai ujung (Hongini, dkk, 2015).

B.8 Manfaat Menyikat Gigi

Menggosok gigi sebaiknya sudah diajarkan pada anak-anak kita sejak dini agar nantinya saat mereka mulai memasuki usia remaja dan beranjak dewasa, diharapkan akan menjadi terbiasa dengan kebiasaan baik tersebut. Dengan demikian kesehatan gigi akan bisa terjaga karena menggosok gigi adalah hal yang sangat penting kemudian wajib untuk diperhatikan dan tentunya harus dilakukan

secara rutin. Dengan menggosok gigi secara rutin dan benar akan mendapatkan manfaat diantaranya adalah:

1. Mencegah kerapuhan pada gigi

Dengan menggosok gigi akan membantu melakukan pencegahan sedini mungkin terhadap masalah-masalah yang akan terjadi pada gigi nantinya, tanpa terkecuali mulai menurunnya kepadatan pada gigi yang dapat mengakibatkan kerapuhan secara permanen. Hal ini artinya, gigi akan kehilangan fungsi utamanya yaitu alat yang digunakan untuk membantu proses pencernaan didalam mulut.

2. Membasmi bakteri

Banyak sisa-sisa makanan yang menempel pada gigi, akan menimbulkan plak-plak yang akan merusak kondisi fisik gigi. Sisa-sisa makanan yang membusuk karena tak kunjung dibersihkan pastinya bisa memicu munculnya bakteri yang lama kelamaan berkembang biak di dalam mulut. Jika tersebut dibiarkan dan tidak segera ditangani yakni dengan menggosok gigi, maka seiring dengan berjalannya waktu, gigi akan mengalami kerusakan permanen dan tentunya bisa mempengaruhi kesehatan

3. Menghindari lubang pada gigi

Lubang pada gigi biasanya disebabkan oleh adanya plak-plak pada gigi yang masih tersisa pada beberapa permukaan gigi, yang mungkin tidak bisa ataupun sulit untuk dijangkau saat proses penggosokan gigi. Untuk itu disarankan sebaiknya memperhatikan proses penggosokan gigi yang dilakukan. Seperti halnya bagaimana memilih sikat gigi yang fleksibel, cocok, dan nyaman untuk digunakan sehingga bisa menjangkau seluruh bagian gigi.

4. Menjaga kesehatan area dalam mulut

Mulut yang sehat tentunya akan membuat nafas menjadi segar saat berkomunikasi dengan orang lain. Dan sebaliknya jika mulut tidak sehat akan menimbulkan bau yang tidak sedap karena banyaknya bakteri yang bersarang di dalam mulut. Dengan menggosok gigi secara rutin dan teratur akan mengurangi dampak buruk yang disebabkan oleh bakteri yang nantinya bisa menurunkan tingkat kesehatan pada area dalam mulut.

5. Contoh Kebiasaan Yang Baik Bagi Anak

Kebiasaan baik harus diajarkan kepada anak-anak sedini mungkin. Karena mereka akan lebih mudah meniru dan melakukan kebiasaan yang dicontohkan terlebih dahulu oleh kedua orang tuanya ataupun orang lain dibandingkan hanya berbicara tanpa adanya tindakan. Oleh sebab itu perlu sekali mengajarkan dan mencontohkan pentingnya sikat gigi pada anak sehingga nantinya saat mereka sudah mulai beranjak remaja dan dewasa, sudah terbiasa dan tidak asing lagi dengan menggosok gigi karena memang kebiasaan baik tersebut sudah mereka lakukan sejak masih kecil. (Ayu Intan, 2013)

C. Karies Gigi

C.1. Definisi Karies Gigi

Karies gigi adalah penyakit jaringan gigi yang ditandai dengan kerusakan jaringan, dimulai dari permukaan gigi meluas sampai kearah pulpa. Karies gigi dapat dialami oleh setiap orang dan dapat timbul pada satu permukaan gigi atau lebih, serta dapat meluas ke bagian yang lebih dalam dari gigi, misalnya dari email ke dentin atau ke pulpa. Karies dikarenakan berbagai sebab, diantaranya adalah:

- Mikroorganisme dan air ludah
- Karbohidrat
- Permukaan dan bentuk gigi

Karbohidrat yang tinggal didalam mulut dan mikroorganisme, merupakan penyebab karies gigi, sementara penyebab karies gigi yang tidak langsung adalah permukaan dan bentuk dari gigi. Gigi dengan fisur yang dalam mengakibatkan sisa-sisa makanan mudah melekat dan bertahan, sehingga produksi asam oleh bakteri akan berlangsung dengan cepat dan menimbulkan karies. Karies gigi merupakan penyakit yang paling banyak dijumpai di rongga mulut. Karies gigi atau dental karies menurut Susanto (2009) adalah penyakit jaringan gigi yang ditandai dengan kerusakan jaringan, dimulai dari permukaan gigi dan meluas kearah pulpa. Penyakit karies gigi terjadi karena demineralisasi jaringan permukaan gigi oleh asam organik yang berasal dari makanan yang mengandung gula. Karies gigi bersifat kronis dan dalam perkembangannya membutuhkan waktu yang lama, sehingga sebagian besar penderita mempunyai potensi mengalami gangguan seumur hidup. Namun demikian penyakit ini sering tidak mendapat perhatian dari masyarakat dan perencana program kesehatan karena jarang membahayakan jiwa.

C.2. Penyebab Karies Gigi

Kondisi gigi dan mulut yang kotor tidak hanya dapat menimbulkan bau mulut, tapi juga dapat menyebabkan kerusakan gigi, yaitu sebuah penyakit infeksi yang merusak struktur gigi, jika tidak ditangani, penyakit ini dapat menyebabkan nyeri, gigi tanggal, infeksi pada ginjal, dan bahkan kematian.

Penyebab karies gigi antara lain:

a. Makanan manis

Mulut dihuni oleh bakteri pemakan gula yang sangat menyukai makanan manis. Bakteri pemakan gula tersebut akan mengubah gula dan menyebabkan kondisi asam pada mulut yang dapat mengikis enamel gigi. Hanya dalam waktu sekitar 20 detik setelah mengkonsumsi makanan manis, bakteri sudah mengubah kondisi mulut menjadi asam yang dapat bertahan sampai setengah jam. Sehingga penting untuk menggosok gigi setelah makan makanan yang manis.

b. Makanan Asam

Makanan asam dapat berkontribusi terhadap kerusakan gigi. Makanan asam berbahaya karena dapat menciptakan kondisi yang menguntungkan bagi bakteri jahat dalam mulut. Makanan asam dapat mengikis enamel gigi dan menyebabkan gigi berlubang. Hindari makan makanan yang terlalu asam atau segera netralkan kondisi mulut setelah makan makanan asam. Jangan langsung menyikat gigi setelah makan makanan asam, karena dapat melembutkan enamel dan membuatnya lebih rentan ketika disikat.

c. Kebiasaan Menggosok Gigi

American Academy of Pediatric Dentistry merekomendasikan bahwa seorang anak harus memulai menjaga kebersihan mulut jauh sebelum tumbuh gigi, bau mulut, noda pada gigi, atau gigi berlubang disebabkan karena perawatan mulut yang buruk sejak balita.

d. Genetika

Genetika memiliki pengaruh penting terhadap setiap perkembangan fisiologis alami manusia. Gen tidak hanya dapat menentukan warna rambut dan tinggi tubuh tetapi juga bertanggung jawab pada kondisi gigi. Kekerasan enamel juga dipengaruhi oleh faktor genetika, sehingga beberapa keras usaha untuk menjaga kesehatan gigi berbeda dari orang ke orang.

e. Usia

Studi terbaru yang dilakukan oleh ilmuwan dari *University of Illinois* menemukan bahwa air liur bayi mengandung sejumlah bakteri yang dapat menyebabkan karies gigi pada balita. Sehingga perawatan gigi harus diperkenalkan sejak usia 19 bulan, tetapi penelitian ini menegaskan bahwa perawatan gigi harus dimulai sejak belum tumbuh gigi. Orang dewasa juga dapat mengembangkan karies gigi karena beberapa alasan, diantaranya mengembangkan penyakit gusi yang mengekspos gigi terhadap bakteri. Faktor resiko yang lebih umum pada orang dewasa adalah kurangnya air liur, yang beresiko cairan penetralisir asam dan membantu membersihkan sisa-sisa makanan.

C.3. Proses Terjadinya Karies Gigi

Proses terjadinya karies gigi dimulut dengan adanya plak pada permukaan gigi, sukrosa (gula) dari sisa makanan dan bakteri yang menempel pada waktu tertentu yang berubah menjadi asam laktat yang akan menurunkan pH mulut menjadi kritis (5,5%) dan akan menyebabkan demineralisasi email berlanjut menjadi karies gigi. Secara perlahan lahan demineralisasi interna berjalan kearah dentin melalui lubang, tetapi belum sampai kapitasi (pembentukan lubang). Kapitasi baru timbul bila dentin terlibat dalam proses tersebut. Namun kadang-kadang begitu banyak mineral hilang dari inti lesi sehingga permukaan mudah rusak secara mekanis, yang menghasilkan kapitasi yang makrokopis (Boediharjo, 1999).

Pada karies dentin yang baru mulai terlihat hanya lapisan keempat (lapisan transparan, terdiri dari tulang dentin sklerotik, kemungkinan membentuk rintangan terhadap mikroorganisme dan enzimnya) dan lapisan kelima (lapisan opak/ tidak tembus penglihatan didalam tubuli, terdapat lemak yang mungkin merupakan gejala degenerasi cabang-cabang odontoblas). Baru setelah terjadi kapitasi, bakteri akan menembus tulang gigi.

Pada proses karies yang sangat dalam tidak terdapat lapisan-lapisan tiga (lapisan demineralisasi, suatu daerah sempit, dimana dentin partibular diserang), lapisan empat dan lapisan lima. Pada anak-anak, kerusakan berjalan lebih cepat dibanding orangtua, hal ini disebabkan:

1. Email gigi yang baru erupsi lebih mudah diserang selama belum selesai maturasi setelah erupsi (meneruskan mineralisasi dan pengambilan flourida) yang berlangsung terutama 1 tahun setelah erupsi.
2. Remineralisasi yang tidak memadai pada anak-anak, bukan karena perbedaan fisiologis, tetapi sebagai akibat pola makannya (sering makan makanan manis dan lengket).
3. Lebar tubuli pada anak-anak mungkin menyokong terjadinya sklerotisasi yang tidak memadai.
4. Diet yang buruk dibandingkan dengan orang dewasa, pada anak-anak terdapat jumlah saliva dari kapasitas buffer yang lebih kecil (Pratiwi, 2007).

D. Indeks Karies Gigi

Indeks karies gigi adalah angka yang menunjukkan jumlah karies gigi seseorang atau sekelompok orang. Berbagai macam indeks karies gigi yang sering digunakan:

1. Indeks DMF-T (DMF-Teeth) untuk gigi permanen
 - Decay : Jumlah gigi karies yang tidak ditambal/ yang masih dapat ditambal.
 - Missing : Jumlah gigi yang indikasi untuk dicabut/ gigi yang telah hilang karena karies.
 - Filling : Jumlah gigi yang telah ditambal dan masih baik
2. Indeks DEF-T untuk gigi susu

Indeks ini sama dengan DMF-T hanya saja indeks DEF-T digunakan untuk gigi susu, e disini maksudnya = jumlah gigi susu yang hilang karena karies atau harus dicabut karena karies.

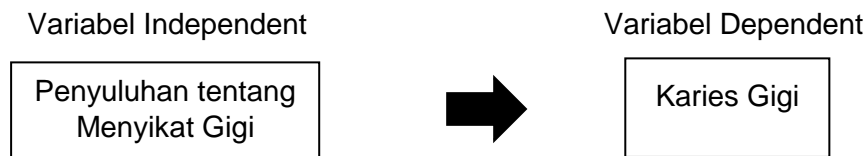
E. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu dengan konsep yang lainnya dari masalah yang ingin diteliti (Notoatmodjo, 2012).

Variabel dibedakan menjadi 2 yaitu:

1. Variabel independent atau bebas adalah variabel yang sifatnya mempengaruhi.
2. Variabel dependent atau variabel bertingkat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas atau variabel independent.

Berdasarkan uraian diatas, maka kerangka konsep penelitian mengenai peranan penyuluhan tentang menyikat gigi terhadap karies pada siswa/i kelas IV SD. Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo adalah:



Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independent adalah penyuluhan tentang menyikat gigi, sedangkan variabel dependentnya adalah Karies Gigi.

F. Definisi Operasional

Untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini penulis ingin menentukan definisi operasional sebagai berikut:

1. Pengetahuan adalah hasil tahu setelah seseorang melakukan pengindraan berupa penglihatan, pendengaran, penciuman dan perabaan.
2. Pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan adalah pemahaman siswa/i tentang menyikat gigi dan karies sebelum dilakukan penyuluhan.
3. Pengetahuan sesudah dilakukan penyuluhan adalah pemahaman siswa/i tentang menyikat dan gigi karies setelah dilakukan penyuluhan
4. Karies Gigi adalah penyakit jaringan gigi yang ditandai dengan kerusakan jaringan, dimulai dari permukaan email gigi sampai ke pulpa

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian survey yang bersifat deskriptif yaitu untuk melihat peranan penyuluhan tentang menyikat gigi terhadap karies pada siswa/i SD Negeri Percontohan Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2019.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

B.1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo. Adapun yang menjadi alasan memilih tempat ini adalah karena di SD tersebut belum pernah dilakukan penelitian mengenai peranan penyuluhan tentang menyikat gigi terhadap karies siswa/i dan masih banyak siswa/i yang belum mengetahui cara menyikat gigi yang baik.

B.2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan dari bulan Februari sampai dengan Mei 2019.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

C.1. Populasi

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i SD Negeri Percontohan Kabanjahe sebanyak 80 Orang.

C.2. Sampel

Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi kelas IV ruangan A berjumlah 30 orang siswa.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Dalam penelitian penyuluhan tentang menyikat gigi, data yang digunakan adalah data primer dan sekunder.

1. Data Premier

Data ini diperoleh langsung melalui pengisian kuesioner. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengambilan data sebagai berikut:

Memberikan kuesioner pada siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe tentang menyikat gigi. Penilaian pada kuesioner sebagai berikut:

- a. Untuk jawaban benar nilai = 1
- b. Untuk jawaban salah nilai = 0

Nilai Maksimum – Nilai minimum

$$\text{Rumus} = \frac{\text{Nilai Maksimum} - \text{Nilai minimum}}{\text{Kategori}}$$

$$\text{Contoh} = \frac{12-0}{3} = 4$$

12	}	Baik = ≥ 9
11		
10		
9		
8	}	Sedang = 5 - 8
7		
6		
5		
4	}	Buruk = ≤ 4
3		
2		
1		

Untuk penilaian akhir perhitungan memiliki 3 kategori (baik, sedang, dan buruk).

D.2. Data Skunder

Data ini diperoleh dari pencatatan data umum yang diperoleh mengenai biodata siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kabupaten Karo dari Kepala Sekolah.

Pada Karies, peneliti memeriksa mulut siswa/i untuk mengetahui tentang karies pada siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan.

Jalannya penelitian dilakukan dengan tahapan:

1. Melakukan sosialisasi dan komunikasi kepada kepala sekolah dan guru kelas IV SD Negeri Percontohan.
2. Menyampaikan maksud untuk melakukan penelitian di SD tersebut.
3. Melakukan pemeriksaan gigi dan mulut untuk mengetahui banyaknya jumlah dan rata-rata karies gigi pada siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe.
4. Mengolah dan menganalisis data yang telah didapatkan.

Penelitian ini dilakukan dengan memeriksa gigi siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan untuk mengetahui tentang karies gigi mereka.

E. PROSEDUR PENILAIAN

E.1. Persiapan

- a. Melakukan perizinan kepada kepala sekolah SD Negeri Percontohan Kabanjahe.
- b. Menentukan waktu pelaksanaan penelitian.
- c. Menyiapkan kuesioner.
- d. Mempersiapkan alat dan bahan.

E.2. Alat dan Bahan

Alat dan Bahan penyuluhan

Adapun alat dan bahan yang digunakan terdiri dari:

- | | |
|----------------|---------------|
| a. Alat | b. Bahan |
| 1. Sikat Gigi | 1. Pasta gigi |
| 2. Poster | |
| 3. Phantom | |
| 4. Gelas kumur | |

Alat dan bahan pemeriksaan

Data status karies gigi yang diperoleh langsung pada siswa/i, dalam melakukan pemeriksaan, peneliti menggunakan alat dan bahan sebagai berikut:

- Kaca mulut, pinset, ekskavator, sonde
- Nierbekken
- Handshoen

- Gelas
- Format pemeriksaan
- Handuk putih
- Alkohol
- Alat tulis

E.3 Pelaksanaan

- a. Mengumpulkan siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan.
- b. Menyerahkan kuesioner penelitian serta menerangkan cara pengisian kuesioner.
- c. Mengumpulkan kembali kuesioner yang telah diisi oleh responden.
- d. Memberikan penyuluhan tentang menyikat gigi kepada siswa/i kelas IV.
- e. Menyerahkan kuesioner penelitian.
- f. Mengumpulkan kuesioner.
- g. Mengumpulkan siswa/i kelas IV untuk memeriksa karies gigi.
- h. Membereskan peralatan yang telah digunakan.

F. PENGOLAHAN DAN ANALISA DATA

F.1. Pengolahan Data

Data yang diperoleh dari instrumen penelitian kuesioner dan hasil pemeriksaan kemudian dilakukan dengan pengolahan data sebagai berikut:

1. *Editing* (Pemeriksaan data)

Hasil wawancara, angket atau pengamatan dari lapangan harus dilakukan penyuntingan (*editing*) terlebih dahulu. Secara umum *editing* adalah kegiatan yang dilakukan pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner tersebut.

2. *Coding* (Pemberian kode)

Untuk mempermudah pengolahan data, semua variabel diberi kode, misalnya jenis kelamin untuk laki-laki diberi kode 1 dan perempuan diberi kode 2.

3. *Scoring*

Dalam langkah ini peneliti menghitung skor yang diperoleh berdasarkan hasil yang diperoleh oleh siswa.

4. *Tabulating* (penyusunan data)

Memasukkan hasil perhitungan kedalam bentuk tabel untuk melihat rata-rata dan persentase dari pemeriksaan yang dilakukan.

F.2. Analisa Data

Analisa data dilakukan dengan cara manual menggunakan tabel distribusi frekuensi untuk memberikan informasi tentang peranan penyuluhan tentang menyikat gigi terhadap karies pada siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo tahun 2019, maka data yang terkumpul dapat dibuat dengan table Distribusi Frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan tentang Menyikat Gigi Sebelum Penyuluhan pada Siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2019

Kriteria Pengetahuan	Sampel (n)	Persentase (%)
Baik	3	10
Sedang	19	63,33
Buruk	8	26,67
Jumlah	30	100

Berdasarkan Tabel 4.1, dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan tentang menyikat gigi dari 30 siswa/i yang telah diteliti diperoleh dengan kriteria baik sebanyak 3 siswa (10%), kriteria sedang sebanyak 19 siswa (63,33%) dan kriteria buruk sebanyak 8 siswa (26,67%).

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan tentang Menyikat Gigi Sesudah Penyuluhan Siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2019

Kriteria Pengetahuan	Sampel (n)	Persentase (%)
Baik	15	50
Sedang	14	46,67
Buruk	1	3,33
Jumlah	30	100

Berdasarkan Tabel 4.2, dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan tentang menyikat gigi dari 30 siswa/i yang telah diteliti diperoleh dengan kriteria baik sebanyak 15 siswa (50%), kriteria sedang sebanyak 14 siswa (46,67%) dan kriteria buruk sebanyak 1 siswa (3,33%).

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Rata-rata Karies Pada Siswa/i kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo Tahun 2019

Jumlah Siswa	Jumlah Karies	Rata-rata Karies
30	59	1,9

Berdasarkan Tabel 4.3, dapat dilihat bahwa di dalam 30 siswa/i terdapat jumlah karies 59 karies dengan rata-rata karies 1,9.

B. Pembahasan

Penelitian dilakukan pada 30 siswa/i kelas IV SD Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo Tahun 2019 dan dilaksanakan dengan membagikan kuesioner kepada siswa/i sebanyak 2 kali, yaitu sebelum dan sesudah penyuluhan.

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket (kuesioner) yang dibagikan dengan menanyakan tentang materi yang ingin diketahui dari siswa/i. Pengukuran tingkat pengetahuan dimaksud untuk mengetahui status pengetahuan seseorang tentang menyikat gigi.

Berdasarkan Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, diperoleh yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 3 siswa (10%), memiliki pengetahuan sedang sebanyak 19 siswa (63,33%), dan yang memiliki pengetahuan buruk tentang cara menyikat gigi sebanyak 8 siswa (26,37%).

Berdasarkan data yang diperoleh, banyak siswa/i yang belum mengetahui waktu menyikat gigi yang baik, yaitu sebanyak 25 siswa (84%). Menurut Ramadhan, 2014, waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah 2 kali sehari yaitu diwaktu pagi setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur.

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan penyuluhan, diketahui bahwa mayoritas siswa/i memiliki pengetahuan baik sebanyak 15 siswa (50%), memiliki pengetahuan sedang sebanyak 14 siswa (46,67%) dan yang memiliki pengetahuan buruk sebanyak 1 siswa (3,33%).

Diharapkan setelah dilakukan penyuluhan kepada siswa/i SD Negeri Pecontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo dapat mempraktekkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menyikat gigi minimal 2 kali sehari yaitu yaitu diwaktu pagi setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur. Tujuan menyikat gigi adalah menghilangkan pembentukan plak, membersihkan gigi dari sisa makanan, pewarna, menstimulasi jaringan gingiva. Pada anak usia sekolah, perlu usaha Penyuluhan tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Penyuluhan diadakan untuk memberikan informasi kepada anak-anak mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut dengan cara menyikat gigi, sehingga dapat mengurangi karies pada gigi anak-anak (Putri,2015).

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian, diketahui juga sebelum dilakukan penyuluhan banyak siswa/i yang belum mengetahui jenis sikat gigi yang baik. Sikat gigi merupakan alat melakukan kontrol plak secara mekanis. Sikat gigi yang aman untuk anak adalah sikat gigi manual. Sikat gigi manual adalah sikat gigi yang biasa digunakan sehari-hari dengan menggunakan kekuatan tangan dalam menyikat. Ukuran sikat yang bisa digunakan adalah sikat dengan panjang tangkai 13 cm, panjang kepala 2 cm dan lebar kepalanya 0,6 cm. Sikat gigi yang dipakai berbentuk lurus, pegangan sikat lurus segaris dengan kepala sikat serta sikat berbulu rata atau datar sehingga mampu dikendalikan saat menyikat. Kepala sikat kecil supaya dapat menjangkau seluruh bagian mulut anak yang sempit. Bulu sikat yang terbuat dari bahan nilon lebih efektif untuk menyikat plak karena lebih lentur, lebih halus dan tipis, serta tidak menyerap air. Kekakuan bulu sikat yang lunak lebih baik dan fleksibel membersihkan daerah gingival bebas dan interdental. Sikat gigi berumpun banyak, selain terdiri atas sikat gigi yang biasa dijumpai juga ada yang berserabut jarang yang baik untuk membersihkan daerah sulkus gusi.

Setiap kali dipakai, sikat gigi harus dibersihkan dibawah air mengalir supaya tidak ada sisa-sisa makanan atau pasta gigi yang tertinggal. Setelah bersih, sikat gigi diletakkan dalam posisi berdiri supaya lekas kering dengan tujuan agar sikat gigi tidak lembab dan basah. Sikat gigi juga perlu diganti 2-3 bulan setelah pemakaian, karena bulu sikat sudah tidak dapat bekerja dengan baik dan dapat melukai gusi.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang peranan penyuluhan tentang cara menyikat gigi terhadap tingkat pengetahuan siswa/i SD Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo Tahun 2019, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan siswa/i kelas IV sebelum penyuluhan adalah dengan kriteria baik sebanyak 3 siswa (10%), kriteria sedang sebanyak 19 siswa (63,33%) dan kriteria buruk sebanyak 8 siswa (26,67%).

Tingkat pengetahuan siswa/i kelas IV setelah penyuluhan adalah dengan kriteria baik sebanyak 15 siswa (50%), kriteria sedang sebanyak 14 siswa (46,67%) dan kriteria buruk sebanyak 1 siswa (3.33%).

2. Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan pada siswa/i tentang cara menyikat gigi yang benar.
3. Seluruh anak 100% dapat menyanyikan lagu sikat gigi

B. Saran

1. Diharapkan kepada siswa/i SD Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo Tahun 2019 menyikat gigi 2 kali sehari yaitu pagi setelah makan dan malam sebelum tidur dengan gerakan menyikat gigi yang baik dan benar serta waktu yang tepat dan melakukan pemeriksaan gigi ke dokter gigi minimal 6 bulan sekali.
2. Diharapkan kepada pihak SD Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo bekerjasama dengan pihak Puskesmas setempat untuk melakukan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut secara berkala dan menjalankan program usaha kesehatan gigi sekolah (UKGS) agar diperoleh tingkat kesehatan dan kebersihan gigi dan mulut siswa/i menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Boediharjo, 1999., *Pemeliharaan Kesehatan Gigi Keluarga*, Ciraca Jakarta: Airlangga University Press.
- Depkes. 2012. <https://pdgi.or.id/wp-content/uploads/2015/04/UKGS.pdf> diakses tanggal 1 Februari 2019 pukul 13.15 WIB.
- Herijulianti, E, Indriati ST, dan Artini S. 2002. *Pendidikan Kesehatan Gigi*. Jakarta: EGC.
- Hongini, Siti Yundali dan Mac Aditiawarman, 2015. *Kesehatan Gigi dan Mulut*. Pustaka Reka Cipta. Bandung.
- Irma, Indah, Ayu Intan, 2013. *Penyakit Gigi, Mulut dan THT*. Nuha Medika. Jakarta.
- Indah Irma, S. Ayu Intan, 2013. *Penyakit Gigi dan Mulut*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Machfoedz, Ircham. 2015. *Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut Anak-anak dan Ibu Hamil*. Fitramaya. Yogyakarta
- Notoatmodjo, 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta
- Pintauli, S. Taizo, H.2012. *Menuju Gigi dan Mulut Sehat*. USU Press. Medan
- Putri, M.H., dkk, 2015. *Ilmu Pencegahan Penyakit Jaringan Keras dan Jaringan Pendukung Gigi*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Ramadhan, A.G., 2014. *Serba-serbi Kesehatan Gigi dan Mulut*. Bukene. Jakarta



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id , email : poltekkes_medan@yahoo.com



Nomor : PP. 07.01/00/01/ 321 /2019
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Melakukan Penelitian

5 April 2019

Kepada Yth,
Bapak/Ibu Kepala Sekolah SD Percontohan Kabanjahe
Jl. Selamat Ketaren Kabanjahe Kab. Karo
di-
Tempat

Dengan hormat

Bersama dengan ini kami mohon bantuan dari pihak Bapak/Ibu memberikan kesempatan melakukan penelitian sesuai dengan kebutuhan data yang diperlukan untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah dalam rangka menyelesaikan program studi Diploma III Program Rekognisi Pembelajaran Lalu (RPL) Jurusan Keperawatan Gigi Poltekkes Kemenkes Medan T.A. 2018/2019, atas nama mahasiswa sebagai berikut :

Nama : Hawarina Ginting
NIM : P07525018127
Judul KTI : Peranan Penyuluhan tentang Menyikat Gigi terhadap Karies pada Siswa/i Kelas IV SD Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten KARO

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik dari pihak Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Jurusan Keperawatan Gigi

YKetua

Drg. Ety Sofia Ramadhan, M.Kes
NIP. 196911181993122001



PEMERINTAH KABUPATEN KARO
DINAS PENDIDIKAN
SD NEGERI PERCONTOHAN
KECAMATAN KABANJAHE - KABUPATEN KARO
Jalan Selamat Ketara Kabanjahe, Kode Pos 22112. E-mail : sdnpercontohan_kabanjahe@yahoo.com



Nomor : 420 / ~~088~~ / SD.23 / 12 / 2019
Lamp : -
Hal : Keterangan Selesai Melaksanakan Penelitian

Kepada Yth
Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
Cq. Jurusan Keperawatan Gigi
Di -

T e m p a t

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo, menerangkan bahwa

Nama : Hawarina Ginting
Nim : P07525018127

Benar telah melakukan penelitian pada tanggal 10 April 2019 di SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo guna pengumpulan data Karya Tulis Ilmiah dengan judul “ **Peranan Penyuluhan Tentang Menyikat Gigi Terhadap Karies Pada Siswa/i Kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo** “.

Demikian hal ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terimakasih.

Kabanjahe, 10 April 2019
Kepala Sekolah SD Negeri Percontohan



MINARIA BR TARIGAN, S.Pd.
NIP. 19611231 198608 2 001

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
POLYTECHNIC HEALTH MINISTRY OF HEALTH MEDAN

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.251/KEPK POLTEKKES KEMENKES MEDAN/2019

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama
Principal In Investigator

: HAWARINA GINTING

Nama Institusi
Name of the Institution

: Jurusan Keperawatan gigi Poltekkes
Kemenkes RI Medan

Dengan judul:
Title

**"PERANAN PENYULUHANTENTANG MENYIKAT GIGI TERHADAP KARIES
PADASISWAI KELAS IV SD NEGERI PERCONTOHAN KABANJAHE
KECAMATANKABANJAHE KABUPATENKARO"**


*"The Role of Tooth Brushing Counseling to Dental Caries of 4th Grade Students of SD Negeri
Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.













Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 07 Juni 2019 sampai dengan tanggal 07 Juni 2020.

This declaration of ethics applies during the period June 07, 2019 until June 07, 2020.

June 07, 2019
Professor and Chairperson,

Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes

DAFTAR KONSULTASI

Judul : Peranan Penyuluhan Tentang Menyikat Gigi Terhadap Karies pada Sisw/i Kelas IV SD Negeri Percontohan Kabanjahe, Kecamatan Kabanjahe, Kabupaten Karo.

No	Hari/ Tanggal	Materi Bimbingan		Saran	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
		Bab	Sub Bab			
1	08-02-2019		Mengajukan Judul KTI	Melakukan survey awal Pertimbangan waktu dan lokasi		
2	09-02-2019		Mengajukan Judul KTI	ACC Judul		
3	19-02-2019	Bab I dan II	<ul style="list-style-type: none"> - Latar belakang - Rumusan masalah - Tujuan penelitian - Mamfaat penelitian - Tinjauan Pustaka - Kerangka konsep - Definisi operasional 	<ul style="list-style-type: none"> - Referensi tentang Penyuluhan - Referensi tentang menyikat Gigi yang baik dan benar - Refrensi tentang Karies 		
4	15-03-2019	Bab III	<ul style="list-style-type: none"> - Jenis penelitian - Lokasi dan Waktu Penelitian - Populasi dan Sampel penelitian - jenis dan cara pengumpulan Data - pengolahan data 	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat Format pemeriksaan dan kuesioner - Membuat Master Tabel 		
5	05-04-2019		Seminar Proposal Karya Tulis Ilmiah	<ul style="list-style-type: none"> - Siapkan Power Point - Persiapkan diri serta memperbaiki tata cara penulisan - Mengambil Surat Permohonan Penelitian 		
6	08 s/d 12-04-2019		Pengambilan Data dan Mengolah data ke dalam Tabel Master	<ul style="list-style-type: none"> - Menjaga Sikap dan Sopan santun - Memperhatikan penampilan - Melanjutkan ke 		

				Bab IV dan V		
7	29-04-2019	Bab IV dan V	<ul style="list-style-type: none"> - Hasil penelitian - Pembahasan - Kesimpulan dan saran 	<ul style="list-style-type: none"> - Tabel Harus terbuka - Pembahasan harus sistematis - Saran Harus membangun dan sesuai dengan sasaran 	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
8	08-05-2019	Bab IV, V dan Abstrak	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki Bab IV dan V - Isi Abstrak 	<ul style="list-style-type: none"> - Perhatikan Panduan Cara penulisan Abstrak - Sesuaikan dengan Judul dan mewakili isi KTI 	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
9	27/05/2019		Ujian seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki Hasil Ujian - Perbaiki tata cara penulisan 	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
10	29/05/2019		Revisi KTI	<ul style="list-style-type: none"> - Periksa kelengkapan data 	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
11	31/05/2019		Menyerahkan KTI	<ul style="list-style-type: none"> - Selesai di perbaiki 	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>

Medan, July 2019

Mengetahui,
Ketua Jurusan Keperawatan Gigi
Poltekkes RI Medan



drg. Ety Sofia Ramadhan, M.Kes
NIP. 196911181993122001

Pembimbing

DR. drg. Ngena Ria, M.Kes
NIP. 196704101991032001

JADWAL PENELITIAN

NO	URUTAN KEGIATAN	BULAN																			
		PEBRUARI				MARET				APRIL				MEI				JUNI			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul		■	■	■																
2	Persiapan Proposal		■	■	■																
3	Persiapan Izin Lokasi						■														
4	Pengumpulan Data						■	■	■												
5	Pengolahan data										■	■	■								
6	Analisa Data										■	■	■								
7	Mengajukan hasil Penelitian														■	■	■				
8	Seminar Hasil Penelitian																		■	■	■
9	Pengandaan Laporan Penelitian																			■	■

DAFTAR RIWAYAT PENULIS

Data Pribadi

Nama : Hawarina Ginting
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat, Tanggal Lahir : Deli Serdang, 06 Juli 1966
Kewarganegaraan : Indonesia
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Jl Selamat Ketaren, No. 14, Kabanjahe
Desa/Kelurahan : Gung Negeri
Kecamatan : Kabanjahe
Kabupaten/Kota : Karo/Kabanjahe
Provinsi : Sumatera Utara

Pendidikan

1980 : Lulus SD Masehi Rampah
1983 : Lulus SMP Negeri Delitua
1986 : Lulus SPRG Departemen Keseharan RI Medan
2016-2019 : Menyelesaikan Pendidikan Diploma III di Politeknik Kesehatan KEMENKES RI Medan, Jurusan Keperawatan Gigi

LEMBAR PERSETUJUAN

(informed consent)

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Hawarina Ginting dengan judul “Peranan Penyuluhan Tentang Menyikat Gigi Terhadap Karies Pada Siswa/i Kelas IV SD Percontohan Kabanjahe Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo.

Nama :

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Responden

(.....)

Kabanjahe, April 2019

Peneliti

(Hawarina Ginting)
P07525018127

LEMBAR KUESIONER PENELITIAN
PERANAN PENYULUHAN TENTANG MENYIKAT GIGI TERHADAP
KARIES PADA SISWA/I KELAS IV SD NEGERI PERCONTOHAN KABANJAHE
KECAMATAN KABANJAHE
KABUPATEN KARO
TAHUN 2019

Nama Siswa :
Kelas :
Jenis Kelamin :

Pilihlah salah satu jawaban yang kamu anggap benar dengan memberi tanda silang (x) pada jawaban kamu!

1. Waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah ...
 - a. Sebelum makan
 - b. Saat mandi
 - c. Sesudah sarapan pagi dan sebelum tidur malam

2. Sikat gigi yang digunakan sewaktu menyikat gigi adalah...
 - a. Sikat gigi milik bersama
 - b. Sikat gigi milik sendiri
 - c. Tidak menggunakan sikat gigi

3. Bulu sikat gigi yang baik untuk digunakan menyikat gigi adalah ...
 - a. Bulu sikat dengan permukaan rata
 - b. Bulu sikat dengan permukaan melengkung
 - c. Bulu sikat dengan permukaan bergelombang

4. Gerakan yang tepat untuk menyikat gigi bagian depan yang menghadap ke bibir adalah ...
 - a. Memutar
 - b. Naik turun
 - c. Memutar dan naik turun

5. Gerakan yang tepat untuk menyikat gigi bagian belakang yang menghadap ke pipi adalah ...
 - a. Memutar
 - b. Menyapu
 - c. Maju mundur

6. Pasta gigi yang digunakan untuk menyikat gigi adalah ...
 - a. Warnanya bagus
 - b. Rasanya manis
 - c. Mengandung flour

7. Bulu sikat gigi yang baik digunakan untuk menyikat gigi adalah ...
 - a. Halus
 - b. Kasar
 - c. Keras

8. Bentuk kepala sikat gigi yang baik adalah ...
 - a. Kepala sikat kecil
 - b. Kepala sikat besar
 - c. Kepala sikat sedang

9. Memeriksa gigi ke dokter gigi klinik gigi atau balai pengobatan gigi sebaiknya adalah ...
 - a. 1 tahun sekali
 - b. 6 bulan sekali
 - c. Apabila sakit gigi

10. Menurut kamu, penyakit gigi berlubang disebabkan oleh?
 - a. Adanya ulat gigi
 - b. Bakteri / Kuman
 - c. Karena gigi sering di congkel

11. Apakah yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut?
 - a. Menyikat gigi
 - b. Mengonsumsi makanan yang manis
 - c. Membiarkannya saja

12. Apa yang harus kita lakukan jika gigi berlubang?
 - a. Tambal ke dokter gigi
 - b. Dibiarkan saja
 - c. Digosok saja