



## Upaya Peningkatan Pengetahuan Siswa Mengenai Karies Gigi Melalui Promosi Kesehatan

Sopia Rahmania<sup>1</sup>, Selvi Yuliani<sup>1</sup>, Nadrotun<sup>2</sup>, Yunita Aisah Rahmania<sup>2\*</sup>, Syifa Nurisma Ekaputri<sup>2</sup>, Rahmi Suci Humaira<sup>2</sup>, Irma Najjah Mulqi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Terapis Gigi dan Mulut, Poltekkes Kemenkes Bandung, Jl. Dr. Otten No. 32, Pasir Kaliki, Kec. Cicendo, Kota Bandung, Jawa Barat 40171, Indonesia

<sup>2</sup>Prodi Farmasi, FMIPA, Universitas Garut, Jalan Prof. Aam Hamdani No. 42B, Kecamatan Tarogong Kaler, Kabupaten Garut, Jawa Barat, 44151, Indonesia

Sopiarahmania07@gmail.com, yulianiselvi72@gmail.com,  
24041122067@fmipa.uniga.ac.id, 24041122087@fmipa.uniga.ac.id,  
24041122041@fmifa.uniga.ac.id, 24041122073@fmipa.uniga.ac.id,  
24041122022@fmipa.uniga.ac.id

**Corresponding author:** Yunita Aisah Rahmania (24041122087@fmipa.uniga.ac.id)

### INFO ARTIKEL

#### Riwayat Artikel:

Diterima: 11 Maret 2025

Disetujui: 22 April 2025

**Kata Kunci:** edukasi, jajanan, karies gigi, kesehatan gigi dan mulut.

### ABSTRAK

Edukasi mengenai kesehatan gigi dan mulut penting untuk dilakukan. Salah satu penyebab karies gigi adalah anak-anak usia sekolah sering mengonsumsi jajanan yang tidak sehat dan tinggi gula. Pelaksanaan PKM ini merupakan kolaborasi antara Poli Teknik Kesehatan Gigi dan Mulut Bandung dengan Farmasi Universitas Garut. Metode PKM yang dilakukan yaitu melalui penyuluhan langsung dengan media power point presentation dan pembagian flyer dengan tujuan mengedukasi anak sekolah dasar, khususnya untuk para siswa-siswi di SDN 3 Sinarjaya Garut dengan sub topik mengenai bahaya makanan dan minuman tinggi gula dalam makanan kemasan. Pelaksanaan kegiatan PKM dibagi menjadi dua tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Lebih dari 80% siswa memahami efek karies gigi. Penyuluhan ini telah berhasil meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan. Penyuluhan juga memberikan informasi mengenai batas konsumsi gula harian. Tujuan PKM ini diharapkan dapat mendorong perubahan pola pikir siswa terhadap cara bijak konsumsi makanan dan minuman tinggi gula, sehingga dapat menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak usia dini dengan menjaga kesehatan gigi dan mulut.

### ARTICLE INFO

#### Article History:

Received: March 11, 2025

Accepted: April 22, 2025

### ABSTRACT

*Education about dental and oral health is important to do. One of the causes of tooth decay is that school-age children*

**Keywords:** dental and oral health, dental caries, educational, snacks.

*often consume unhealthy and high-sugar snacks. The implementation of this PKM is a collaboration between the Bandung Dental and Oral Health Polytechnic and the University of Garut Pharmacy. The PKM method used is through direct counseling with power point presentation media and distribution of flyers with the aim of educating elementary school children, especially for students at SDN 3 Sinarjaya Garut with a sub-topic regarding the dangers of high-sugar foods and drinks in packaged foods. The implementation of PKM activities is divided into two stages, namely the preparation stage and the implementation stage. More than 80% of students understand the effects of tooth decay. This counseling has succeeded in significantly increasing student understanding. Counseling also provides information on daily sugar consumption limits. The purpose of this PKM is expected to encourage changes in students' mindsets towards wise ways of consuming high-sugar foods and drinks, so that they can instill healthy living habits from an early age by maintaining dental and oral health.*

---

## 1. PENDAHULUAN

Pada usia sekolah, anak-anak cenderung lebih suka bermain dan jajan sembarangan tanpa memperhatikan risiko terkena penyakit. Namun, tidak dapat dihindari bahwa kebiasaan makan jajanan sehari-hari sangat mempengaruhi penyakit yang dapat timbul pada gigi dan mulut. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengajarkan siswa prinsip-prinsip kebersihan, terutama kebersihan gigi dan mulut. Makanan yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit gigi dan mulut yaitu seperti makanan yang tinggi gula, biskuit, kue, nasi, dan pasta. Mengonsumsi makanan seperti ini terlalu banyak dapat berdampak negatif pada kesehatan gigi dan mulut (Lubis et al., 2022).

Masalah kesehatan mulut terus menjadi perhatian penting dalam pembangunan kesehatan di Indonesia, sehingga memerlukan perhatian khusus dari para profesional medis. Dua gangguan mulut yang paling umum terjadi adalah radang gusi dan karies gigi, yang keduanya disebabkan oleh pola makan dan kebersihan mulut yang tidak memadai (Husna & Prasko, 2019). Karies gigi menyumbang sekitar 45,3% dari semua masalah kesehatan mulut pada tahun 2018, menurut Data Kesehatan Dasar Indonesia, sedangkan radang gusi atau abses menyumbang sekitar 14% dari semua masalah kesehatan mulut (Sutarsa Limirang & Bachtiar, 2021).

Kecenderungan anak-anak untuk mengonsumsi lebih banyak makanan dan minuman kariogenik, anak-anak biasanya memiliki status kebersihan mulut yang lebih buruk daripada orang dewasa. Anak-anak biasanya mendapatkan kesenangan dari mengonsumsi makanan manis seperti permen, makanan ringan, kue, dan es krim. Akibatnya, jika seorang anak mengonsumsi makanan manis secara berlebihan dan mengabaikan kebersihan mulut, kemungkinan terjadi karies gigi meningkat secara signifikan (Efrianty, 2020).

Dalam beberapa tahun terakhir, organisasi pemerintah dan bidang kesehatan masyarakat telah memberikan perhatian khusus pada kandungan gula yang tinggi pada makanan manis. Mengurangi konsumsi gula telah dipromosikan sebagai cara yang berhasil untuk menurunkan angka penderita obesitas dan diabetes yang melonjak. Namun demikian, strategi tersebut menargetkan penyakit kronis di kalangan orang dewasa dan menunjukkan kurangnya strategi yang berfokus pada dampak makanan manis pada karies gigi, terlepas dari kenyataan bahwa karies gigi adalah penyakit kronis yang lazim, terutama di kalangan anak-anak (Maharani & dkk, 2023).

Pendidikan kesehatan dan penyuluhan kesehatan sama-sama berfokus pada perubahan perilaku. Pada saat dilakukan survei ditemukan pada sekolah SDN 3 Sinarjaya, para siswa belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai kesehatan gigi dan mulut, serta para siswa juga rentan jajan yang tidak sehat. Menurut pakar kesehatan, di antara anak-anak sekolah dasar berusia enam hingga dua belas tahun, penyuluhan kesehatan gigi sangat penting untuk dilakukan karena merupakan tahap perkembangan penting di mana pertumbuhan gigi dan kemajuan kognitif terjadi yang memerlukan strategi untuk mendorong perilaku, sikap, dan pengetahuan yang sehat khususnya yang berkaitan dengan kesehatan gigi dan mulut (Husna & Prasko, 2019).

Berdasarkan uraian di atas, maka kegiatan PKM ini diadakan di SDN 3 Sirnajaya Kp. Sindang Kasih Kecamatan Tarogong Kaler dengan target siswa dan siswi SDN 3 Sirnajaya. Adapun jarak yang ditempuh dari kampus farmasi Uniga menuju lokasi yaitu sekitar 4,3 km. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan mengenai bahaya mengkonsumsi gula berlebih bagi tubuh dan pencegahannya, juga mengubah perilaku mereka dalam memilih jajanan.

## **2. METODE**

Target dari PKM ini adalah siswa-siswi yang bersekolah di SDN 3 Sirnajaya, dengan berbasis kuesioner Metode PKM yang dilakukan yaitu melalui penyuluhan dan pembagian flyer dengan tujuan mengedukasi anak sekolah dasar mengenai bahaya makanan dan minuman tinggi gula dalam kemasan. Pelaksanaan kegiatan PKM dibagi menjadi dua tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan.

### **Tahap Persiapan Tim Penyuluhan**

1. Tim Penyuluhan mengadakan rapat koordinasi
2. Tim Penyuluhan melakukan survei ke SDN 3 Sirnajaya.
3. Tim Penyuluhan membuat surat izin permohonan kepada pihak sekolah
4. Tim Penyuluhan melakukan persiapan

### **Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

1. Tim Penyuluhan melakukan pengenalan
2. Memberikan kuesioner berupa pre-test kepada siswa-siswi
3. Memberikan materi dalam bentuk flyer
4. Melakukan presentasi (Junaedi et al., 2024)

Luaran yang diharapkan dari kegiatan PKM ini adalah, adanya peningkatan pengetahuan para siswa mengenai kesehatan gigi dan mulut, dan terbentuknya perilaku hidup sehat sejak usia dini.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan PKM diselenggarakan kolaborasi antara 2 institusi pendidikan tinggi, dimana para narasumber yang berfungsi sebagai tim penyuluhan kesehatan terdapat seperti yang tertera pada gambar 1.



**Gambar 1.** Tim Penyuluhan Kesehatan

Tahapan pelaksanaan PKM berjalan dengan lancar didahului dengan kata sambutan dari kepala sekolah, perwakilan dari tim PKM dan ketua pelaksana PKM. Peserta PKM terdiri dari para siswa dan siswa dari SDN 3 Sinarjaya seperti yang terdapat pada gambar 2 .



**Gambar 2.** Peserta Kegiatan PKM

Tim PKM seperti yang terdapat pada gambar 3, terdiri dari Politeknik Kesehatan Bandung jurusan terapi gigi dan mulut melakukan program pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan untuk mengubah perilaku (sosial) siswa untuk mengurangi jumlah gula yang

dikonsumsi sehari-hari dan menjaga kesehatan gigi dan mulut. Peningkatan kesadaran akan dampak negatif terhadap kesehatan dari asupan gula yang berlebihan, terutama dalam kaitannya dengan risiko diabetes dan gigi berlubang, dapat mengubah perilaku yang diinginkan. Survei yang diberikan sebagai pre-test dan post-test digunakan untuk mengukur perubahan pengetahuan.



**Gambar 3.** Tim Penyuluhan Kesehatan

Dalam penyuluhan, metode pembelajaran dilakukan melalui presentasi menggunakan slide power point seperti yang terlihat pada gambar 4. Salah satu kekurangan menggunakan presentasi power point dalam kegiatan mengajar adalah bahwa animasi, grafik, fitur pendengaran, dan fitur lainnya yang berlebihan dapat mengalihkan perhatian siswa dari topik utama yang disajikan. Selain itu, pembuatan slide power point biasanya memakan waktu yang lama, pemilihan warna yang terlalu cerah pada latar belakang slide dapat mempengaruhi penglihatan siswa, juga dengan memasukkan presentasi power point ke dalam proses pembelajaran, guru berpotensi mengabaikan penjelasan lengkap materi. Penyuluhan menggunakan media power point lebih dianggap lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa dengan menerapkan komunikasi dua arah antara komunikator dan peserta yang terlibat secara langsung (Dewi et al., 2022).



**Gambar 4.** Penyampaian Materi Melalui Media Power Point

Selain menggunakan slide power point, metode pembelajaran juga dilakukan melalui poster. Media poster memiliki banyak keuntungan, diantaranya siswa dapat melihat konten dan pembacanya secara berulang-ulang (Prasetyawati et al., 2022), informasi dapat dibagikan kepada teman dan keluarga, mudah dibuat, diduplikasi, diperbaiki, dan dimodifikasi, tidak perlu membuat catatan, dapat dibuat dengan mudah dan murah, dapat

mempercepat dan mempermudah pemahaman terhadap pesan yang disampaikan, dihiasi dengan warna-warna untuk membuatnya lebih menarik bagi para siswa, bentuknya yang sederhana dan tidak membutuhkan peralatan khusus, mudah ditempatkan, dan hanya membutuhkan sedikit informasi tambahan. Poster penyuluhan yang diberikan seperti yang tertera pada gambar 5 dan gambar 6.



Gambar 5. Poster Penyuluhan



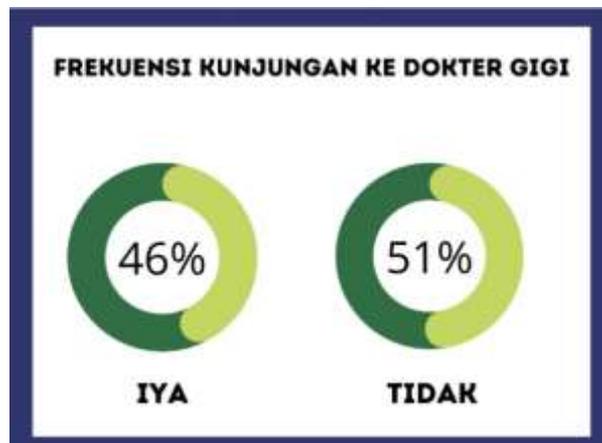
Gambar 6. Penyampaian Materi Melalui Media Poster

Kelemahan media poster antara lain perlunya keahlian khusus dalam pembuatannya, perlunya pemahaman membaca untuk memahami isinya, fakta bahwa media ini hanya menggunakan elemen visual untuk menyampaikan pesan, flyer konvensional (cetak kertas) akan mudah mengotori lingkungan sekitar karena langsung dibuang (Sumartono & Astuti, 2018).



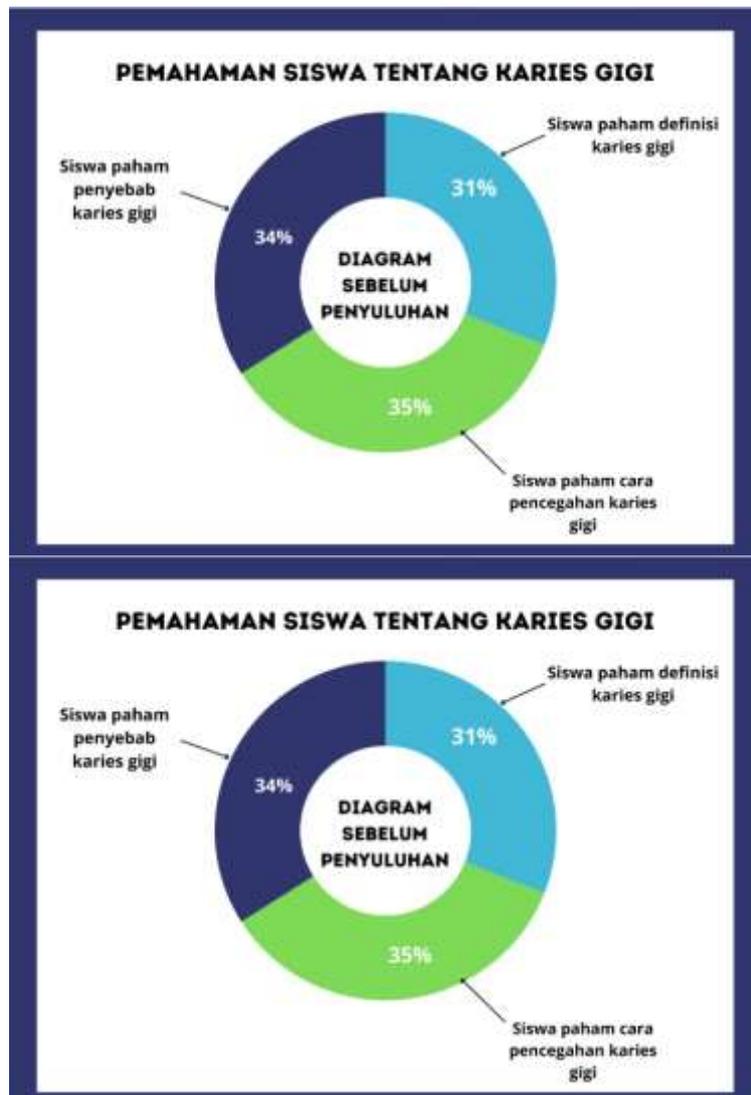
**Gambar 7.** Persentase Kunjungan Siswa Kedokteran Gigi

Berdasarkan diagram di atas gambar 7, sebesar 46% siswa pernah ke dokter gigi, dan 51% tidak pernah ke dokter gigi. Selebihnya tidak memberikan respon. Konsultasi ke dokter gigi, sebaiknya dilakukan setiap 6 bulan sekali. Agar kondisi kesehatan gigi lebih terjaga.



**Gambar 8.** Pemahaman Siswa Mengenai Karies Gigi

Karies gigi adalah masalah gigi berlubang, yaitu ketika gigi mengalami kerusakan serta pembusukan di bagian luar dan dalam. Hasil evaluasi seperti yang ditunjukkan oleh gambar 8 menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada tingkat pemahaman siswa mengenai definisi karies gigi sebesar 17,9%. Hal ini mencerminkan rendahnya kesadaran dan pengetahuan siswa mengenai hal tersebut. Beberapa faktor yang mungkin menjadi penyebabnya rendahnya pemahaman ini adalah kurangnya edukasi terkait kesehatan gigi dan mulut. Namun setelah dilakukan penyuluhan, persentase siswa yang memahami definisi karies gigi menjadi 31%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan berjalan secara efektif dan cukup mudah dipahami.



**Gambar 9.** Diagram Presentasi Pemahaman Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Berdasarkan data tersebut pada gambar 9, bahwa untuk menghentikan peningkatan prevalensi masalah kesehatan gigi dan mulut, perlu diatasi untuk mencegah terjadinya penyakit gigi dan mulut di masyarakat harus ditangani. Karies gigi mempengaruhi hingga 89% anak-anak di negara industri dan negara berkembang, termasuk Indonesia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), antara 60 hingga 90 persen anak usia sekolah di seluruh dunia mengalami gigi berlubang (Muzana et al., 2022).



**Gambar 10.** Pemahaman Siswa Dampak dari Karies Gigi

Pemahaman siswa mengenai dampak dari adanya karies gigi pada gambar 10, lebih dari 80% baik sebelum maupun sesudah penyuluhan menjawab, gigi akan berlubang dan menyebabkan sakit. Jika karies gigi tidak dirawat dengan baik, pada akhirnya menyebabkan penghancuran gigi secara keseluruhan. Penyakit ini dikenal sebagai penyakit multifaktorial (Efrianty, 2020). Salah Penyebab dari gigi berubang adalah mengonsumsi makanan yang manis. Di dalam 100 gram gula pasir terdapat 364 kalori dan 94 gram karbohidrat, sedangkan di dalam 100 gram gula aren terdapat 368 kalori dan 95 gram karbohidrat (Aprilia & Suryana, 2022). Zat pemanis dapat dikategorikan ke dalam dua kelompok, yaitu pemanis alami dan pemanis sintesis. Zat pemanis ini digunakan untuk meningkatkan rasa dan aroma, menambah karakteristik fisik (Safitri & Suwanto, 2024). Makanan dan minuman yang mengandung siklamat berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan yang merugikan. Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit paling mematikan di dunia, disebabkan oleh kombinasi predisposisi genetik, pilihan gaya hidup yang tidak tepat, dan mengonsumsi lebih banyak makanan manis daripada yang disarankan setiap hari (Hamdani et al., 2024).

#### 4. KESIMPULAN

Penyuluhan kesehatan yang berfokus pada kesehatan gigi dan mulut memberikan kesadaran akan pentingnya menerapkan pola hidup sehat dari sejak usia anak sekolah dasar. Topik yang disampaikan pada saat penyuluhan mengenai bahaya makanan dan minuman tinggi gula di SDN 3 Sirnajaya telah berhasil meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan. Penyuluhan juga memberikan informasi mengenai definisi karies gigi, penyebabnya dan cara mencegah terbentuknya karies gigi. Pemahaman siswa mengenai dampak dari adanya karies gigi, lebih dari 80%. Kedepannya diharapkan sekolah dan orang tua perlu bekerja sama dalam mengedukasi mengenai kesehatan gigi dan mulut.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, A. W. L., & Suryana, A. L. (2022). Perbedaan pemberian larutan gula pasir dan gula aren terhadap kadar trigliserida pada tikus wistar jantan (*Rattus norvegicus*). *Jurnal Gizi*, 2(3).
- Dewi, Y. K., Isnanto, I., Purwaningsih, E., Edi, I. S., & Prasetyowati, S. (2022). Penggunaan media video dan power point dalam penyuluhan daring tentang karies gigi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(4).
- Efrianty, N. (2020). Hubungan konsumsi makanan yang mengandung gula dengan

- terjadinya karies gigi pada anak. *Lentera Perawat*, 1(1), 33–35.
- Hamdani, S., Ihsan, S., Qowiyyah, A., Mohd Roslan, A. A. A. Bin, Binti Bakhtin, N. S., Lindayani, L., & Lubis, N. (2024). Edukasi dan gerakan desa sadar akan bahaya penyakit diabetes di Desa Jati-Garut. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(1). <https://doi.org/10.35914/tomaega.v7i1.2447>
- Husna, N., & Prasko, P. (2019). Efektivitas penyuluhan kesehatan gigi dengan menggunakan media busy book terhadap tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 6(1). <https://doi.org/10.31983/jkg.v6i1.4408>
- Junaedi, E. C., Maharani, A., Ananda, C., Achmad, G., Abdurrahman, A. N., Bunga, N., Lestari, A., Kusumawardhani, S. E., Nurtazqia, S., Lesmana, L., Eka, N., Putri, N., & Lubis, N. (2024). Evaluasi kesadaran siswa SDN 2 Sukamenak dalam menjaga kesehatan mata di era dominasi pengguna gawai. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(5), 1807–1815.
- Lubis, N., Rosalia, N., Sution, Widia, P., Nugraha, R. A., Aladawi, S., & Taufikurohman, I. (2022). Wujud kepedulian KKN kelompok 4 Desa Cikelet melalui penyuluhan untuk meningkatkan prilaku hidup sehat siswa sekolah dasar dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 623–630.
- Maharani, S., & dkk. (2023). Makanan Manis Sebagai Faktor Risiko Karies Gigi Pada Anak Di Sd Negeri Buni Bakti 04. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3).
- Muzana, S. R., Lubis, S. P. W., Nizar, M., Wirda, W., Yulinar, Y., Fadli, M., Arahim, Z., & Rizka, I. D. (2022). SOSIALISASI PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN GIGI DAN MULUT TERHADAP ANAK- ANAK DI KABUPATEN ACEH BESAR. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3). <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i3.10926>
- Prasetiawati, R., Nasution, F., & Lubis, N. (2022). Efforts to Increase People's Knowledge Through Counseling in Realizing Healthy Homes. *Abdi: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24036/abdi.v4i2.336>
- Safitri, N., & Suwanto, W. (2024). Pengetahuan, sikap, dan Tindakan Mahasiswa PGSD Universitas Tanjungpura mengenai pemahaman terkait buatan di dalam makanan dan minuman yang dijual di sekitar kampus. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(2), 67–78. <http://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/2083>
- Sumartono, & Astuti, H. (2018). Penggunaan poster sebagai media komunikasi kesehatan. *Komunikologi*, 15(1), 8–14.
- Sutarsa Limirang, R., & Bachtiar, A. (2021). Perencanaan Strategi Pemasaran Dalam Upaya Peningkatan Kunjungan Pasien Poliklinik Gigi Rumah Sakiy Satya Negara Marketing Strategy Planing To Increase Dental Patient Visit At Satya Negara Hospital. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1).