

**LAPORAN KEGIATAN  
PENYULUHAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT  
DI BULAK SURABAYA**



**Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep**

**Universitas Muhammadiyah Surabaya  
2017**

**HALAMAN PENGESAHAN  
PENGABDIAN PADA MASYARAKAT**

1. Judul : Penyuluhan Gigi dan Mulut di Kecamatan Bulak Surabaya
2. Tim Pengusul :
  - a. Nama Lengkap : Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep
  - b. NIDN : 0707098702
  - c. Program Studi : DIII Keperawatan
  - d. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
3. Waktu Pelaksanaan : 27 Agustus 2017
4. Satus Pembiayaan : Institusi
5. Anggaran : 5.000.000

Mengetahui

Dekan FIK UMSurabaya



Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN : 0023037401

Ketua Pengabdian

Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN: 0707098702

Menyetujui



(Dr. Sujinah, M.Pd)

NIK: 0730016501

## DAFTAR ISI

Judul Pengabdian .....	1
Halaman Pengesahan .....	2
Daftar Isi .....	3
Bab 1 Pendahuluan .....	4
a. Latar Belakang .....	4
b. Tujuan Kegiatan .....	5
c. Deskripsi Kegiatan .....	5
Bab 2 Target dan Solusi .....	4
Bab 3 Metode Pelaksanaan .....	4
Bab 4 Hasil Kegiatan .....	6
a. Laporan Pelaksanaan Kegiatan .....	6
b. Hambatan .....	6
Bab 5 Kesimpulan dan Saran .....	7
a. Kesimpulan .....	7
b. Saran .....	7
Lampiran .....	8

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### 1.1 Latar Belakang

Gigi dan mulut adalah panca indra vital yang patut diutamakan pemeliharaannya. Oleh sebab itu menjaga kebersihan mulut dan gigi sangat wajib Anda lakukan sebelum terlambat atau penyakit lain datang. Salah satu cara yang sederhana untuk menjaga kebersihan mulut dengan menyikat gigi secara rutin dengan pasta gigi Winz dan dilengkapi dengan penggunaan obat kumur (mouthwash) yang efektif dan aman (tidak menimbulkan iritasi pada mukosa). Meskipun banyak orang yang sudah merasa nyaman membersihkan gigi dan mulut dengan hanya menyikat gigi saja. Namun, ada sebagian orang yang masih belum lengkap dan nyaman rasanya jika belum menggunakan mouthwash. Bagi sebagian orang, menjaga kesehatan mulut tidak hanya dengan rajin menggosok gigi secara teratur. Menggunakan mouthwash bisa menjadi alternatif tambahan agar kesegaran mulut dapat terus terjaga. Menggunakan mouthwash setiap hari secara rutin dapat mencegah plak mengeras, serta membantu mengurangi kemungkinan penyakit gusi, gigi berlubang dan infeksi bakteri pada mulut. Namun, terlalu banyak juga tidak baik bagi kesehatan mulut lantaran dapat menyebabkan plak gigi berlubang dan penyakit gusi.

Dari berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang kurang memperhatikan atau menjaga kesehatan gigi dan mulut dapat berakibat atau menyebabkan berbagai penyakit yang serius. Gigi merupakan salah satu bagian yang sangat penting pada tubuh manusia, jika gigi Anda bermasalah (sakit gigi) maka Anda akan mengalami kesulitan berbicara, makan dan menyebabkan hari-hari Anda terganggu. Jika Anda mengabaikan kesehatan gigi dan mulut, maka akan menjadi sarang kuman di dalam rongga mulut yang dapat berakibat kerusakan gigi. Kerusakan gigi diawali dengan proses terjadinya karies dan peradangan yang berawal dari sisa-sisa makanan yang dibiarkan sehingga lama kelamaan akan terjadi pembusukan dimana kuman yang ada di rongga mulut (*Lactobacillus acidophillus*) mengubah sisa makanan menjadi

asam. Selain efek yang ditimbulkan kuman juga terdapat bakteri yang menyebabkan kerusakan gigi yaitu streptococcus mutans, bakteri ini dapat menyebabkan infeksi pada jaringan gusi sehingga bisa masuk ke aliran darah yang dapat berakibat lanjut menyebabkan peradangan di bagian tubuh lain, seperti ginjal, sendi, sakit kepala yang berkepanjangan dan organ tubuh lainnya.

### 1.1 Nama Kegiatan

“Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut di Bulak Surabaya “

### 1.2 Tujuan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan untuk memberikan pengetahuan kepada anak- anak SD guna meningkatkan pengetahuan terhadap kesehatan gigi dan mulut di Bulak Surabaya.

### 1.3 Deskripsi Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan untuk memberikan tambahan pengetahuan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut di Bulak Surabaya

## **BAB 2**

### **TARGET DAN SOLUSI**

Program ini selain memberikan pengetahuan juga untuk menggerakkan masyarakat dan kader wilayah Bulak Surabaya dalam berpartisipasi aktif dalam Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut di Bulak Surabaya. Dalam penggerakan masyarakat mempunyai solusi berupa : 1) Leaflet, 2) Poster, 3) kader peduli kesehatan gigi dan mulut dan 4) lembar bola balik

## **BAB 3**

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan dalam mengatasi permasalahan mitra di kedua wilayah kecamatan tersebut adalah sebagai berikut : 1) Mengajukan surat perijinan kegiatan pada pihak kelurahan dan kecamatan 2) Mencari data dari puskesmas atau Rumah sakit terdekat untuk mengetahui keberadaan pasien 3) Memberikan informasi kepada masyarakat umum untuk bisa mengetahui tentang kesehatan gigi dan mulut di Bulak Surabaya 4) Memberikan penyuluhan kepada masyarakat secara umum baik melalui kegiatan posyandu

## **BAB 4**

### **HASIL KEGIATAN**

#### **4.1 Laporan Pelaksanaan Kegiatan**

Tahap Persiapan Pada tahap ini, kami melakukan pengurusan surat ke bangkesbangpolitmas. Surat ijin pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dikeluarkan bangkesbagpolitmas dengan tembusan ke kelurahan Bulak beserta puskesmas Bulak. Kami juga mengajukan surat ijin ke Dinas Kesehatan Kota Surabaya. Selanjutnya, kami melakukan koordinasi dengan guru SD untuk persiapan koordinasi awal dengan pihak pihak terkait yaitu puskesmas dan dinas kesehatan kota. Koordinasi dengan pihak terkait berjalan selama 2 hari, dan pihak terkait menyatakan dukungannya untuk pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut di Bulak Surabaya

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 27 Agustus 2017, yang bertempat di Balai RW 10 Kelurahan Bulak Surabaya. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh ketua RW dan dilanjutkan dengan Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut di Bulak Surabaya

#### **4.2 Hambatan**

Hambatan yang dihadapi meliputi 2 hal sebelum kegiatan (persiapan) dan pada saat pelaksanaan. Sebagian besar ibu hamil tidak mengetahui tentang kesehatan gigi dan mulut sehingga dalam penyampaian materi membutuhkan fasilitator untuk memberikan pemahaman.

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **3.1. KESIMPULAN**

Kegiatan penyuluhan ini merupakan kegiatan yang memiliki dampak positif karena dapat meningkatkan pengetahuan dan merubah kebiasaan kepada anak SD tentang kesehatan gigi dan mulut sehingga setelah mengetahui tersebut dapat menambah pengetahuan dan kebiasaan kepada anak- anak SD.

#### **3.2. SARAN**

Berikut saran-saran yang bisa diberikan terkait dengan penyuluhan tentang gigi dan mulut

1. Pada pra pelaksanaan program dan saat pembentukan program seharusnya melakukan perundingan dengan pihak sekolah agar anak- anak SD bias mengikuti dengan baik.
2. Dalam menentukan sebuah program harus memeperhatikan kultur masyarakat setempat.

## LAMPIRAN

### 1. Susunan Panitia

Ketua : Tri Rahmanto  
Sekretaris : Omarifatul Fajrin  
Bendahara : Triska Novitasari  
Acara : Erika Dewi Ayu Sartika  
Perlengkapan Dan Publikasi : Shelovania Shalsabila Rambe  
Pembina : Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep

2. Foto Kegiatan



## **SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) KESEHATAN GIGI**

### **A. PENGANTAR**

Cabang ilmu	: Promosi Kesehatan
Topik	: Kesehatan Gigi
Hari/ Tanggal	: Minggu, 27 Agustus 2017
Waktu	: 09.00 WIB
Tempat	: SDN 10 Bulak Surabaya
Sasaran	: Murid SD

### **B.LATARBELAKANG**

Gigi merupakan bagian terpenting dalam mulut yang dapat berfungsi untuk makan dan berbicara. Kerusakan gigi merupakan salah satu penyakit yang disebabkan oleh kurangnya kebersihan gigi dan mulut. Anak usia sekolah merupakan usia dimana mereka lebih cenderung untuk memilih makanan yang manis seperti coklat dan permen. Hal ini menjadi faktor utama meningkatnya anak usia sekolah dengan masalah kerusakan gigi. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan terhadap anak usia sekolah tentang pentingnya kesehatan gigi dan mulut.

### **C. TUJUAN**

#### 1. Tujuan Instruksional Umum

Setelah mendapatkan penjelasan kelompok Anak Usia Sekolah Dasar mampu melakukan perawatan gigi dan mulut dengan baik dan benar.

#### 2. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan selama 60 menit diharapkan anak usia sekolah mampu :

- a) Menjelaskan fungsi gigi dan manfaat menggosok gigi
- b) Menjelaskan cara perawatan gigi dan mulut

- c) Memperagakan cara menyikat gigi dengan benar
- d) Menyebutkan tanda dan gejala adanya kerusakan gigi.

**D. ISI MATERI**

TERLAMPIR

**E. METODE**

- 1. Ceramah
- 2. Tanya jawab

**F. MEDIA**

- 1. Laptop
- 2. LCD serta phantom gigi

**G. KEGIATAN PEMBELAJARAN**

No	Waktu	Uraian Kegiatan	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Murid
1	5 menit	Pendahuluan	Memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan	Mendengarkan dan memperhatikan
2	20 menit	Penjelasan Materi	Menjelaskan materi	Mendengarkan
3	20 menit	Evaluasi	Tanya jawab : Memberi pertanyaan kepada peserta: Pengertian menggosok gigi, dan cara menggosok gigi yang benar	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Peserta bertanya mengenai masalah yang belum dipahami</li> <li>· Peserta menjawab pertanyaan</li> <li>· Mempraktekkan kembali cara menggosok gigi</li> </ul>

4	5 menit	Penutup	Menyimpulkan	yang benar  Memperhatikan
---	------------	---------	--------------	---------------------------------

## H. EVALUASI

Metode evaluasi : Tanya jawab

Jenis pertanyaan : Lisan

Pertanyaan :

1. Apa pengertian menggosok gigi ?
2. Sebutkan cara menggosok gigi yang benar ?

Jawab :

1. Menggosok gigi adalah membersihkan gigi dengan sikat gigi dan pasta gigi.
2. Cara menggosok gigi yang benar, yaitu :
  - 1) Cuci tangan
  - 2) Ambil dan dekatkan peralatan
  - 3) Keluarkan isi pasta gigi penuh dan merata pada permukaan sikat gigi
  - 4) Tutup kembali pasta gigi dan kembalikan pada tempatnya
  - 5) Mulailah berkumur dengan air
  - 6) Sikat gigi dan gusi dengan posisi kepala sikat membentuk sudut 45 derajat di daerah perbatasan antara gigi dengan gusi.
  - 7) Gerakan sikat dengan lembut dan memutar.
  - 8) Gunakan gerakan yang sama untuk menyikat bagian dalam permukaan gigi.
  - 9) Gosok semua bagian permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah.
  - 10) Untuk membersihkan gigi depan bagian dalam, gosok gigi dengan posisi tegak dan gerakkan perlahan ke atas dan bawah melewati garis gusi.
  - 11) Berkumur- kumur sampai mulut terasa bersih
  - 12) Lap / keringkan mulut dengan handuk.

13) Rapikan alat – alat

## LAMPIRAN MATERI

### PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI

#### A. Pengertian Gigi sehat

Gigi sehat yaitu gigi yang bersih tak ada plak apa lagi karang gigi, tak ada keluhan sakit atau ngilu, tak ada ciri-ciri ada karies gigi.

#### B. Cara merawat gigi, gusi dan mulut agar tetap bersih dan sehat :

- Makanlah panganan yang bergizi (Empat sehat lima sempurna).
- Batasi makan dan minum panganan yang mengandung karbohidrat (gula) seperti es krim, permen, coklat dsb. Kandungan gula inilah yang menyebabkan gigi cepat keropos. Demikian juga dengan makanan-makanan yang lengket, dan tak perlu proses pengunyahan yang cukup, seperti fast food, yang membuat plak gigi mudah terbentuk.
- Sikat gigi setiap hari pada pagi hari sehabis sarapan dan sesudah makan malam dengan cara yang baik dan benar.
- Gunakan pasta gigi yang mengandung fluor, karena fluor terbukti bisa menurunkan angka kejadian karies gigi.
- Melakukan pemeriksaan berkala ke dokter gigi setiap enam bulan sekali, supaya kalau ada gigi yang mulai bermasalah/berlubang dapat segera ditangani sebelum terlanjur menjadi besar (deteksi dini). Hendaknya dipahami bahwa sekali gigi mulai berlubang, karies ini tidak bisa mengecil lagi tetapi secara pelan tapi pasti akan membesar terus.

#### Menggosok gigi

##### 1. Pengertian menggosok gigi

Menggosok gigi adalah membersihkan gigi dengan sikat gigi dan pasta gigi. Merawat gigi merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk menjaga agar gigi tetap dalam keadaan yang bersih dan sehat.

##### 2. Fungsi gigi

Gigi primer atau gigi susu berjumlah 20 buah dimana setiap rahang atas dan rahang bawah memiliki 10 buah gigi.

Ada 3 jenis gigi yaitu :

- i) Gigi seri yang berjumlah 4 buah fungsinya untuk memotong.
  - ii) Gigi taring berjumlah 2 buah fungsinya untuk menahan dan merobek makanan.
  - iii) Gigi gerahan berjumlah 4 buah fungsinya untuk menghaluskan
3. Manfaat menggosok gigi
    - a) Gigi menjadi bersih dan sehat.
    - b) Mencegah timbulnyacaries atau karang gigi, lubang gigi dan penyakit lainnya.
    - c) Memberikan perasaan segar dalam mulut.
  4. Cara menyikat gigi
    - a) Persiapan alat
      - (a) 1 buah sikat gigi
      - (b) Gelas atau gayung berisi air
      - (c) Pasta gigi
      - (d) Lap dan handuk kering
    - b) Cara kerja
      - 1) Cuci tangan
      - 2) Ambil dan dekatkan peralatan
      - 3) Keluarkan isi pasta gigi penuh dan merata pada permukaan sikat gigi
      - 4) Tutup kembali pasta gigi dan kembalikan pada tempatnya
      - 5) Mulailah berkumur dengan air
      - 6) Sikat gigi dan gusi dengan posisi kepala sikat membentuk sudut 45 derajat di daerah perbatasan antara gigi dengan gusi.
      - 7) Gerakan sikat dengan lembut dan memutar. Sikat bagian luar permukaan setiap gigi atas dan bawah dengan posisi bulu sikat 45derajat berlawanan dengan garis gusi agar sisa makanan yang mungkin masih menyelip dapat dibersihkan.
      - 8) Gunakan gerakan yang sama untuk menyikat bagian dalam permukaan gigi.
      - 9) Gosok semua bagian permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah. Gunakan hanya ujung bulu sikat gigi untuk membersihkan gigi dengan tekanan ringan sehingga bulu sikat tidak membengkok. Biarkan bulu sikat membersihkan celah-celah gigi. Rubah posisi sikat gigi sesering mungkin.

- 10) Untuk membersihkan gigi depan bagian dalam, gosok gigi dengan posisi tegak dan gerakkan perlahan ke atas dan bawah melewati garis gusi.
  - 11) Berkumur- kumur sampai mulut terasa bersih
  - 12) Lap / keringkan mulut dengan handuk.
  - 13) Rapikan alat – alat
- c) Perhatian
- 1) Kita harus menggunakan sikat gigi sendiri
  - 2) Menyikat gigi jangan terlalu keras
  - 3) Jangan sampai tertelan air bekas kumur – kumur
  - 4) Gunakan sikat gigi yang berbulu lembut

## DAFTAR PUSTAKA

- Hanifa Winkjosastro. 2005. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
- Rochjati. 2003. *Skrining Antenatal Care Dan Komplikasi Kehamilan*. Surabaya : Unair Press
- Sarwono Prawirohardjo. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC
- Tiran. 2007. *Kehamilan Dan Permasalahannya*. Jakarta : EGC
- Utami. 2008. *Panduan Kehamilan Sehat*. Yogyakarta : Dian Press