

## GAMBARAN KEBIASAAN MENYIKAT GIGI PADA SISWA SD

*Description of Teeth Brushing Habit in Student of Elementary School*  
Dede Elis Siti Wahyuni Nur Fauziah<sup>1\*</sup>, Eliza Herijulianti<sup>1</sup>, Hera Nurnanigsih<sup>1</sup>,  
Nurul Fatikhah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Keperawatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Bandung,

\*Email: [delis8333@gmail.com](mailto:delis8333@gmail.com)

### ABSTRACT

*Brushing teeth is one of the efforts to prevent tooth decay. The success of maintaining oral and dental health is also influenced by factors such as the method of brushing teeth, as well as the frequency and time of brushing the teeth properly. Proportion behavior of people who brush their teeth every day in Ciamis Regency reaches 96.98%, correct behavior in brushing teeth only reaches 2.09%.<sup>1</sup> The purpose of this study was to describe the brushing habits of the elementary students. This research is research by observation, namely interviews through the WhatsApp application to determine the habit of brushing teeth in grades one to five. The results showed that the students' brushing technique used was the horizontal technique with a percentage of 42.2%. Frequency of brushing teeth twice a day in the morning after breakfast and at night before going to bed with a percentage of 46.7%. The tooth brushing tool used was a toothbrush according to the criteria for elementary school children with a percentage of 82.2%. Students use toothpaste that contains fluoride with a percentage of 100%. **The conclusion** is that the elementary students have a bad habit of brushing their teeth.*

**Keywords:** tooth brushing habit, elementary school students

### ABSTRAK

Menyikat gigi merupakan salah satu usaha untuk mencegah terjadinya kerusakan pada gigi. Berhasilnya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut juga dipengaruhi oleh metode penyikatan gigi, serta frekuensi dan waktu menyikat gigi yang tepat. Proporsi perilaku penduduk menyikat gigi setiap hari di kabupaten Ciamis mencapai 96,98%, perilaku yang benar dalam menyikat gigi hanya mencapai 2,09%.<sup>1</sup> Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kebiasaan menyikat gigi pada siswa SD. Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif*, penelitian dengan cara wawancara melalui aplikasi whatsapp untuk mengetahui kebiasaan menyikat gigi pada siswa kelas I sampai V. Hasil penelitian menunjukkan teknik menyikat gigi siswa yang digunakan yaitu teknik horizontal dengan persentase 42,2%. Frekuensi menyikat gigi 2x sehari pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur dengan persentase 46,7%. Alat menyikat gigi yang digunakan yaitu sikat gigi sesuai kriteria anak SD dengan persentase 82,2%. Siswa menggunakan pasta gigi yang mengandung fluoride dengan persentase 100%. **Kesimpulan:** bahwa siswa SD memiliki kebiasaan menyikat gigi kurang baik.

**Kata Kunci:** kebiasaan menyikat gigi, siswa sd

### PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut adalah keadaan sehat dari jaringan keras dan jaringan lunak gigi serta unsur-unsur

yang berhubungan dalam rongga mulut, yang memungkinkan individu makan, berbicara dan berinteraksi sosial tanpa

disfungsi, gangguan estetik, dan ketidaknyamanan karena adanya penyakit, penyimpangan oklusi dan kehilangan gigi sehingga mampu hidup produktif secara sosial dan ekonomi.<sup>2</sup>

Proporsi masalah kesehatan gigi dan mulut di Jawa Barat mencapai 57,99%, sedangkan di kabupaten Ciamis mencapai 55,32, serta proporsi menerima perawatan dari tenaga medis gigi di Jawa Barat mencapai 11,89%, sedangkan di kabupaten Ciamis hanya mencapai 7,02%. Proporsi perilaku penduduk menyikat gigi setiap hari di Jawa Barat mencapai 96,79%, perilaku yang benar dalam menyikat gigi hanya mencapai 2,89%. Sedangkan Proporsi perilaku penduduk menyikat gigi setiap hari di kabupaten Ciamis mencapai 96,98%, perilaku yang benar dalam menyikat gigi hanya mencapai 2,09%.<sup>1</sup>

Pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut merupakan salah satu upaya meningkatkan kesehatan. Mulut bukan hanya sekedar pintu masuknya makanan dan minuman tetapi fungsi mulut lebih dari itu seperti membantu proses pengunyahan dan berbicara, tidak banyak orang menyadari besarnya peranan mulut bagi kesehatan dan kesejahteraan seseorang. Oleh karena itu kesehatan gigi dan mulut sangat berperan dalam menunjang kesehatan seseorang.<sup>3</sup>

Potensi menyikat gigi secara baik dan benar merupakan faktor yang cukup penting untuk pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut. Berhasilnya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut juga dipengaruhi oleh faktor penggunaan alat, metode penyikatan gigi, serta frekuensi dan waktu menyikat gigi yang tepat. Kelompok anak usia sekolah dasar ini termasuk kelompok yang rentan untuk terjadinya kasus kesehatan gigi dan mulut, sehingga perlu diwaspadai atau dibimbing oleh orang tua secara baik dan benar.<sup>4</sup>

Menyikat gigi pada anak dengan frekuensi yang tidak optimal dapat

disebabkan karena anak tidak dibiasakan menyikat gigi sejak dini oleh orang tua, sehingga anak tidak mempunyai kesadaran dan motivasi untuk memelihara kesehatan gigi dan mulutnya, keadaan tersebut memudahkan gigi anak terkena resiko penyakit gigi dan mulut. Sebanyak 89% anak Indonesia dibawah 12 tahun menderita penyakit gigi dan mulut, kondisi itu akan berpengaruh pada derajat kesehatan dalam proses tumbuh kembang. Perawatan gigi dan mulut pada masa anak-anak sangat menentukan kesehatan gigi dan mulut mereka pada tingkat usia lanjut. Tindakan pencegahan yang bisa dilakukan adalah membersihkan gigi dengan menyikat gigi, flossing, dan pemeriksaan gigi secara teratur ke dokter gigi.<sup>4</sup>

Sekolah Dasar yang berada di wilayah Kecamatan Panjalu belum pernah dilakukan penjangkaran dikarenakan kekurangan dokter gigi dan terapis gigi dan mulut di puskesmas. Sebagian besar SD juga belum memiliki UKGS (Usaha Kegiatan Gigi Sekolah. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Kebiasaan Menyikat Gigi Pada Siswa SD di wilayah Kecamatan Panjalu Kabupaten Ciamis Jawa Barat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kebiasaan menyikat gigi pada siswa SD.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif, yaitu suatu penelitian untuk memperoleh informasi atau gambaran mengenai populasi yang akan diteliti dan mendapat gambaran mengenai kebiasaan menyikat gigi pada siswa SD di wilayah Kecamatan Panjalu Kabupaten Ciamis Jawa Barat.

Penelitian ini dilaksanakan secara bertahap dari mulai pembuatan, pengajuan proposal, hingga laporan

penelitian yang terhitung sejak Maret – Mei 2021. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas I sampai V SD yang berjumlah 77 siswa. Sampel penelitian ini yaitu Siswa kelas I sampai 5 berjumlah 45 siswa. Teknik pengambilan sampling dilakukan dengan cara purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.<sup>5</sup> Berdasarkan kriteria Inklusi: bersedia menjadi responden, siswa kelas I sampai V SD, diizinkan oleh orang tuanya, dan memiliki fasilitas gadget dengan akses internet yang baik.

Definisi Konseptual adalah suatu konsep untuk membatasi pengertian tentang suatu hal. Definisi konseptual ini dimaksudkan untuk menjelaskan dan menghindari kesalahpahaman konsep yang digunakan dalam penelitian.

Berikut ini penulis mengemukakan mengenai definisi konseptual dalam penelitian ini adalah:

1. Teknik menyikat gigi adalah gerakan menyikat gigi yang dilakukan oleh siswa.
2. Frekuensi menyikat gigi adalah frekuensi dan waktu menyikat gigi yang dilakukan oleh siswa setiap hari.
3. Alat menyikat gigi adalah sikat gigi yang digunakan untuk menyikat gigi.
4. Bahan menyikat gigi adalah pasta gigi yang digunakan oleh siswa pada saat menyikat gigi.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu lembar checklist. Lembar Checklist adalah suatu daftar pengecek, berisi nama subjek dan beberapa gejala/identitas lainnya dari responden. Pada penelitian ini Penulis hanya tinggal menilai dan memberikan tanda atau Checklist di setiap pemunculan gejala lengkap atau tidak lengkapnya dalam kebiasaan menyikat gigi. Pengambilan data penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara singkat dan melihat cara menyikat gigi siswa dengan

menggunakan aplikasi whatsapp untuk video call selama 15 menit.

Data yang diperoleh diolah dengan cara:

- a. Editing ( pemeriksaan data ) adalah kegiatan untuk melakukan pengecekan isian wawancara atau lembar checklist, kelengkapan data, diantaranya kelengkapan identitas (nama, kelas, tempat tanggal lahir, usia), sehingga apabila terdapat kesalahan dapat dilengkapi segera oleh peneliti.
- b. Coding (pemberian kode) adalah kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk bilangan.
- c. Data Entry (memasukan data) adalah mengisi kolom-kolom lembar kode sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan.
- d. Tabulating (penyusunan data) adalah membuat tabel-tabel data sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan peneliti.

Data yang diperoleh dari hasil wawancara dan simulasi cara menyikat gigi siswa melalui video call lewat whatsapp yang dimasukkan ke dalam lembar checklist oleh peneliti di analisa secara deskriptif, diolah dan dipaparkan dengan distribusi frekuensi menggunakan komputer, kemudian hasilnya disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

## HASIL

Penelitian gambaran kebiasaan menyikat gigi pada siswa sekolah dasar bertujuan untuk mengetahui gambaran kebiasaan menyikat gigi pada Siswa Sekolah Dasar kelas I sampai V yang berjumlah 45 siswa. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret s/d Mei 2021 di wilayah Kecamatan Panjalu Kabupaten Ciamis Jawa Barat dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1 – Distribusi Frekuensi Berdasarkan Teknik Menyikat Gigi**

Teknik Menyikat Gigi	n	%
Horizontal	19	42,2
Vertikal	9	20
Fones	17	37,8
Jumlah	45	100

Tabel 1, teknik menyikat gigi yang digunakan oleh siswa SD adalah teknik horizontal (teknik menyikat gigi dengan gerakan ke depan dan ke belakang) dengan persentase 42,2%.

**Tabel 2 – Distribusi Frekuensi Berdasarkan Frekuensi Menyikat Gigi**

Frekuensi Menyikat Gigi	n	%
2x sehari pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur	21	46,7
2x sehari pagi setelah sarapan dan pada saat mandi siang/sore	16	35,5
1x sehari pada saat mandi siang/sore	8	17,8
Jumlah	45	100

Tabel 4.2, frekuensi menyikat gigi yang dilakukan oleh Siswa SDN 4 Sandingtaman adalah 2x sehari pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur dengan persentase 46,7%.

**Tabel 4.3 – Distribusi Frekuensi Berdasarkan Alat Menyikat Gigi**

Alat Menyikat Gigi	n	%
Sikat gigi sesuai kriteria anak SD	37	82,2
Sikat gigi tidak sesuai kriteria anak SD	8	17,8
Jumlah	45	100

Tabel 4.3, alat menyikat gigi yang digunakan oleh siswa SDN 4 Sandingtaman adalah sikat gigi yang sesuai kriteria anak SD (sikat gigi yang digunakan milik sendiri, sikat gigi berkepala kecil, bulu sikat halus, dan ujung sikat gigi membulat) dengan persentase 82,2%.

**Tabel 4 – Distribusi Frekuensi Berdasarkan Bahan Menyikat Gigi**

Bahan Menyikat Gigi	n	%
Mengandung Fluoride	45	100
Tidak mengandung	0	0

fluoride	n	%
Jumlah	45	100

Tabel 4, bahan menyikat gigi yang digunakan oleh siswa SD adalah pasta gigi yang mengandung fluoride dengan persentase 100%.

## PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan pada siswa-siswi SD pada Bulan Maret - Mei 2021 ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kebiasaan menyikat gigi. Responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi untuk diteliti sebanyak 45 responden dilakukan observasi dengan cara wawancara melalui video call whatsapp dengan alat ukur lembar Checklist.

Tabel 1, dapat diketahui bahwa siswa SD menyikat gigi menggunakan teknik horizontal sebanyak 19 siswa dengan persentase 42,2%. Penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa teknik horizontal dianggap sebagai teknik terbaik untuk menghilangkan plak dan mudah ditiru atau dipelajari oleh anak.<sup>6</sup> Penelitian sebelumnya menerangkan bahwa penyikatan gigi dengan metode horizontal dapat menurunkan plak lebih besar dibandingkan teknik vertikal dan fones, serta teknik penyikatan horizontal lebih efektif menurunkan plak dibanding metode lain.<sup>7</sup> Metode menyikat gigi horizontal cocok digunakan pada anak-anak.<sup>8</sup>

Hal ini juga berkaitan dengan kebiasaan anak menyikat gigi di rumah, dimana seringkali secara tidak sadar anak-anak lebih cenderung menggunakan metode horizontal sehingga anak-anak lebih mengerti ketika diajarkan cara menyikat gigi menggunakan teknik horizontal. Namun menyikat gigi dengan teknik horizontal dapat menyebabkan resesi gusi dan abrasi gigi. Untuk teknik menyikat gigi yang benar itu seharusnya menggunakan teknik menyikat gigi secara kombinasi yaitu teknik dengan menggabungkan teknik horizontal

(depan-belakang), vertikal (atas-bawah), dan fones (memutar membentuk lingkaran kecil) teknik fones dianjurkan untuk anak kecil karena mudah dilakukan. Maka dari itu anak-anak harus diajarkan secara perlahan menggunakan teknik kombinasi, supaya seluruh permukaan giginya bisa terbersihkan dan plak atau sisa makanan pun tidak menempel pada gigi, dan tidak akan merusak jaringan gigi atau gusi.<sup>9</sup>

Tabel 4.2., dapat diketahui bahwa siswa SD menyikat gigi 2 x sehari yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur sebanyak 21 siswa dengan persentase 46,7%. Menyikat gigi yang efektif dilakukan pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, maka potensi terjadi karies akan kecil karena makanan yang tertinggal pada permukaan gigi setelah makan akan dibersihkan sehingga tidak akan terbentuk asam yang dapat menyebabkan karies.<sup>10</sup>

Tabel 4.3., dapat diketahui bahwa siswa SD menyikat gigi dengan menggunakan sikat gigi yang sesuai kriteria anak SD sebanyak 37 siswa dengan persentase 82,2%. Sikat gigi sesuai kriteria anak SD yaitu sikat gigi milik sendiri, sikat gigi berkepala kecil, bulu sikat gigi rata, dan ujung sikat gigi membulat. Sikat gigi ini berfungsi untuk membersihkan semua kotoran yang ada pada permukaan gigi dan tidak merusak jaringan pada rongga mulut.<sup>9</sup>

Tabel 4.4., dapat diketahui bahwa siswa SD menyikat gigi menggunakan pasta gigi yang mengandung fluoride dengan persentase 100%. Fluoride dapat melindungi email gigi dan mencegah terjadinya demineralisasi pada gigi. Aspek yang paling penting dalam penambahan fluoride adalah mampu mengontrol karies hingga mencapai 50-80%.<sup>11</sup>

Pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut penting dilakukan. Mulut bukan hanya sebagai pintu masuknya

makanan ataupun minuman tetapi fungsi mulut lebih dari itu dan tidak banyak orang menyadari banyaknya fungsi mulut bagi kesehatan seseorang. Kesehatan gigi dan mulut merupakan hal yang penting untuk diperhatikan, karena dapat menyebabkan gangguan aktivitas sehari-hari dan bahkan dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan tubuh lainnya.<sup>12</sup>

Kesehatan gigi dan mulut sangat erat hubungannya dengan perilaku. Perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut yang baik akan sangat berperan dalam menentukan derajat kesehatan masing-masing individu. Oleh karena itu perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut yang kurang baik harus diubah.<sup>13</sup>

Perubahan perilaku bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang adalah faktor penguat (reinforcing factor) mencakup dukungan sosial, pengaruh sebaya, serta nasehat dan implementasi dari tenaga kesehatan. Dukungan sosial salah satunya dari orang tua. Ketika orang tua kurang pengetahuan, tidak mampu dan tidak memiliki waktu dalam memberikan pengawasan, serta dalam berkomunikasi dengan anak. Sehingga anak akan lebih memilih sumber informasi pada teman sebaya yang belum tentu kebenarannya.<sup>14</sup>

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa SD mengenai gambaran kebiasaan menyikat gigi dapat disimpulkan bahwa: teknik menyikat gigi pada Siswa SD yang paling banyak digunakan yaitu teknik horizontal dengan. Frekuensi menyikat gigi pada Siswa SD yang paling banyak dilakukan yaitu 2x sehari pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Alat menyikat gigi pada Siswa SD yang digunakan paling banyak yaitu menggunakan sikat gigi sesuai kriteria anak SD. Bahan menyikat gigi pada

Siswa SD yaitu Siswa menggunakan pasta gigi yang mengandung fluoride .

Diharapkan kepada Terapis Gigi dan Mulut yang berada di Puskesmas terdekat Sekolah SD untuk mengadakan penyuluhan kepada siswa, guru, dan orang tua mengenai teknik menyikat gigi yang baik dan benar dalam menjelaskan frekuensi menyikat gigi yang efektif dilakukan sehingga kebiasaan menyikat gigi siswa menjadi lebih baik. Pihak puskesmas yang mewilayahi SD dapat lebih sering mengadakan pelayanan khususnya di bidang promotif dan preventif melalui program UKS/UKGS.

#### DAFTAR RUJUKAN

1. Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia Tahun 2018. Riset Kesehatan Dasar 2018, pp.186-189.
2. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia 89 Tahun 2015/tentang Upaya Kesehatan Gigi dan Mulut.
3. Riyanti E. Pengenalan dan Perawatan Kesehatan Gigi Anak Sejak Dini. Jakarta: EGC.2005: p. 3-5.
4. Gopdianto Randy, Ratu A.J.M, Mariati Ni Wayan (2015). Status Kebersihan Mulut dan Perilaku Menyikat Gigi Anak SD Negeri 1 Malayang dalam Jurnal e-Gigi. Volume 3:1.
5. Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D). Alfabeta.
6. Rifki A. Perbedaan Efektivitas Menyikat Gigi dengan Metoda Roll & Horizontal pada Anak Usia 8-10 Tahun di Medan. Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Sumatera Utara, 2010. Hal. 1-9.
7. Haryanti D, Ardhani R, Aspriyanto D, dan Dewi IR 2013. Efektivitas Menyikat Gigi Metode Horizontal, Vertikal, dan roll terhadap Penurunan Plak pada Anak Usia 9-11 Tahun, Dentino Jurnal Kedokteran Gigi, 2 (2):151-152.
8. Sharma Sarika, Ramakrishna Yeluri, Amit A. Jain and Autar K. Munshi. Effect of toothbrush grip on plaque removal during manual toothbrushing in children. J Oral Sci. 2012;2(54):187.
9. Putri, M.H, Herijuanti, dan Nurjannah, N 2019, Ilmu Pencegahan Penyakit Jaringan Keras dan Jaringan Pendukung Gigi, EGC, Jakarta.
10. Rahmadhan Ardyan Gilang, 2010, Serba-serbi Kesehatan Gigi dan Mulut, Kawah Media, Jakarta.
11. Mount GJ, Hume WR. Preservation and Restoration of Tooth Structure. Rob watts 2005.p. 39-44.
12. Lestari, D. P., Wowor, V. N. S., & Tambunan, E. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Status Kesehatan Jaringan Periodontal pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Manembonembo Bitung. E-GIGI, 4(2).
13. Sutjipto (2013) Gambaran Tindakan Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Anak Usia 10-12 Tahun di SD Kristen Eben Haezar 02 Manado. Jurnal e-Biomedik (eBM), Volume 1, Nomor 1, Maret 2013, p. 697-706.
14. Green. LW, Kreuter MW. 2000. Health Promotion Planning: An Education and Environment Approach. Montain ViewToronto London. Mayfield Publishing Company.