



**PENGABDIAN MASYARAKAT PENGEMBANGAN STRATEGI PROMOSI
KESEHATAN “KESEHATAN GIGI DAN MULUT PADA REMAJA DI SMAN 1
GEDONG TATAAN”**

Bambang Setiaji*, Dian Utama Pratiwi Putri, Shofiyah Nur Aziza, Dinda Monika, Essa Efriyanti
Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia, Jl. ZA. Pagar
Alam No.7, Gedong Meneng, Bandar Lampung, Lampung 40115, Indonesia
*setiajiresty@gmail.com

ABSTRAK

Masalah kesehatan gigi dan mulut seperti karies dan plak masih banyak dialami remaja akibat kurangnya pengetahuan dan kesadaran. Untuk meningkatkan pemahaman tersebut, dilakukan penyuluhan di SMA Negeri 1 Gedong Tataan oleh mahasiswa dengan metode ceramah dan evaluasi pre-test serta post-test. Kegiatan diikuti oleh 30 siswa dan mencakup penyampaian materi, diskusi, serta evaluasi. Hasil menunjukkan seluruh peserta mengalami peningkatan pemahaman secara signifikan. Antusiasme dan partisipasi aktif siswa mencerminkan keberhasilan metode yang digunakan. Meskipun waktu terbatas, materi tersampaikan dengan baik dan kegiatan ini berkontribusi sebagai langkah promotif dalam meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Kata kunci: kesehatan gigi; kesehatan mulut; penyuluhan kesehatan; promosi kesehatan; remaja

***COMMUNITY SERVICE DEVELOPING A HEALTH PROMOTION STRATEGY
“DENTAL AND ORAL HEALTH AMONG ADOLESCENTS AT SMAN 1 GEDONG
TATAAN”***

ABSTRACT

Dental and oral health issues such as caries and plaque remain common among adolescents due to a lack of knowledge and awareness. To address this, a health education session was conducted at SMA Negeri 1 Gedong Tataan by university students using lecture methods with pre-test and post-test evaluations. The activity involved 30 students and included material presentation, interactive discussions, and assessments. The results showed a significant increase in understanding, with all participants scoring higher in the post-test. Students' enthusiasm and active participation reflected the effectiveness of the method used. Despite limited time, the key material was delivered successfully, making this activity a valuable promotive effort to raise adolescent awareness of the importance of maintaining dental and oral hygiene.

Keywords: adolescents; dental health; health education; health promotion; oral health

PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut adalah bagian penting dari kesehatan secara keseluruhan yang sering kali kurang mendapatkan perhatian, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Padahal, gangguan pada kesehatan gigi dan mulut dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, mulai dari kenyamanan dalam makan, berbicara, hingga berdampak psikologis seperti menurunnya rasa percaya diri akibat gangguan estetik. Kondisi ini menjadi semakin kompleks karena masyarakat Indonesia masih belum menempatkan kesehatan gigi dan mulut sebagai prioritas utama dalam memperoleh pelayanan kesehatan. Sebuah ironi jika melihat kenyataan bahwa sekitar 90%

penduduk Indonesia masih mengalami permasalahan gigi dan mulut, baik berupa karies, gingivitis, hingga abses, sebagaimana tercatat dalam Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Mulut merupakan bagian vital tubuh yang memiliki berbagai fungsi. Selain sebagai tempat masuknya makanan dan minuman, mulut juga berfungsi dalam proses pencernaan awal dan komunikasi verbal. Kesehatan mulut yang buruk dapat menyebabkan berbagai gangguan, termasuk infeksi sistemik yang berasal dari mulut, serta gangguan dalam pola makan dan bicara. Dalam konteks remaja, menjaga kesehatan gigi dan mulut menjadi sangat penting karena pada usia ini mereka sedang mengalami masa pubertas yang penuh dengan perubahan hormonal. Perubahan tersebut seringkali berdampak pada kesehatan jaringan lunak di dalam mulut, seperti gusi, yang dapat menjadi lebih sensitif dan mudah berdarah, terutama jika kebersihan gigi tidak dijaga dengan baik.

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap penyakit gigi dan mulut karena mereka berada dalam masa transisi yang ditandai dengan pencarian jati diri, perubahan perilaku, dan eksplorasi gaya hidup baru. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 55,6% remaja usia 10–14 tahun dan 51,9% remaja usia 15–24 tahun mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut. Namun, perilaku pemeliharaan kesehatan gigi pada kelompok ini masih tergolong rendah, ditandai dengan frekuensi menyikat gigi yang tidak sesuai anjuran serta kurangnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan gigi secara rutin. Hal ini mengindikasikan pentingnya intervensi edukatif yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mampu membentuk sikap dan kebiasaan yang sehat. Lebih lanjut, laporan dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa meskipun prevalensi gangguan kesehatan gigi tetap tinggi, hanya sebagian kecil masyarakat yang benar-benar mendapatkan penanganan medis yang tepat. Rendahnya akses dan kesadaran ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti ketidaktahuan akan pentingnya pemeriksaan gigi rutin, anggapan bahwa perawatan gigi bersifat mahal, hingga persepsi bahwa sakit gigi adalah hal biasa yang tidak perlu ditangani secara serius. Rendahnya prioritas terhadap kesehatan gigi ini bahkan makin diperparah oleh kurangnya program promotif dan preventif yang menjangkau usia remaja secara optimal.

Menurut teori Blum, status kesehatan individu dipengaruhi oleh empat faktor utama: keturunan, lingkungan, pelayanan kesehatan, dan perilaku. Dalam hal ini, perilaku memegang peranan penting dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Perilaku tersebut dapat dipengaruhi oleh motivasi, tingkat pendidikan, kebiasaan dalam keluarga, serta informasi yang diterima dari lingkungan sekitar. Penelitian oleh Ramdani (2022) mempertegas bahwa faktor budaya dan sosial berperan besar dalam pembentukan kebiasaan menjaga kesehatan gigi dan mulut pada remaja. Apabila tidak ditangani sejak dini, kebiasaan buruk ini dapat berlanjut hingga dewasa dan menimbulkan komplikasi serius, seperti kehilangan gigi permanen dan penyakit periodontal kronis.

Dalam konteks pendidikan, sekolah memiliki posisi strategis sebagai tempat intervensi kesehatan yang efektif. Melalui pendekatan promosi dan pendidikan kesehatan yang berkelanjutan, sekolah dapat menjadi wahana penyemaian perilaku hidup sehat di kalangan siswa. Edukasi kesehatan gigi dan mulut yang dilakukan di sekolah tidak hanya memberi dampak pada individu, tetapi juga dapat menyebar ke komunitas yang lebih luas karena siswa berpotensi menjadi agen perubahan (*agent of change*) dalam keluarga dan masyarakat. Konsep pendidikan ini sejalan dengan prinsip “*Knowledge, Attitude, Practice*” dalam promosi kesehatan, yang bertujuan membentuk individu yang tidak hanya tahu, tetapi juga mau dan mampu melaksanakan kebiasaan hidup sehat secara konsisten. Pentingnya penyuluhan tentang kesehatan gigi dan mulut, khususnya di kalangan remaja, tidak dapat dipandang sebelah mata. Penyuluhan yang disampaikan dengan metode dan

media yang tepat dapat meningkatkan pemahaman remaja mengenai cara menyikat gigi yang benar, mengenali jenis makanan yang berisiko menimbulkan karies, serta memahami dampak jangka panjang dari kebiasaan buruk seperti tidak menyikat gigi sebelum tidur. Pengetahuan ini pada akhirnya diharapkan dapat mendorong terbentuknya perilaku positif dan pola hidup bersih dan sehat yang berkelanjutan.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode kegiatan berbasis promosi kesehatan melalui penyuluhan langsung. Kegiatan ini dilaksanakan dalam rangka pengabdian kepada Masyarakat pada mata kuliah *Pengembangan Strategi Promosi Kesehatan*. Adapun bentuk kegiatan berupa penyuluhan dengan sasaran siswa-siswi SMA Negeri 1 Gedong Tataan.

Penyuluhan dilaksanakan pada hari Senin, 18 November 2024 pukul 13.30 hingga 15.00 WIB, bertempat di aula SMA Negeri 1 Gedong Tataan. Sebanyak 30 orang siswa terlibat secara aktif dalam kegiatan ini. Kegiatan dibuka dengan penyampaian materi terkait pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut yang dikaitkan dengan kebiasaan sehari-hari remaja. Setelah sesi materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif melalui sesi tanya jawab, dan diakhiri dengan penyampaian kesimpulan dari penyuluhan.

Metode utama yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah metode ceramah, yang merupakan salah satu bentuk komunikasi dua arah yang efektif dalam promosi kesehatan. Melalui ceramah, peserta diberikan informasi secara langsung oleh pemateri, kemudian didorong untuk merespons dengan bertanya atau berbagi pengalaman. Metode ini memungkinkan terjadinya peningkatan pengetahuan yang dapat mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat. Selain itu, ceramah dilengkapi dengan diskusi kelompok untuk mendorong partisipasi aktif peserta dan memperkuat pemahaman mereka terhadap materi yang disampaikan.

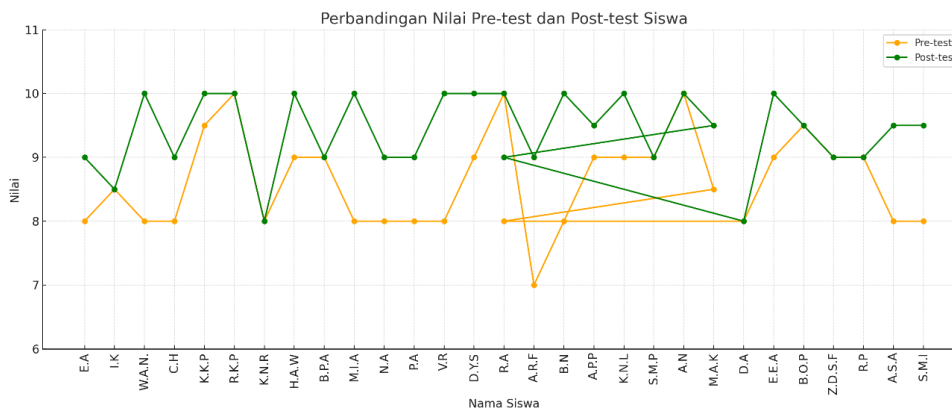
Pemilihan metode ini disesuaikan dengan karakteristik sasaran yaitu remaja sekolah menengah atas yang secara kognitif telah mampu memahami konsep kesehatan secara lebih komprehensif. Penggunaan pendekatan interpersonal melalui ceramah dan diskusi dinilai mampu meningkatkan efektivitas penyampaian informasi dan membangun kesadaran terhadap pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya dalam aspek kesehatan gigi dan mulut. Menurut Pratiwi & Suprihatin (2021), metode ceramah yang disertai diskusi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta terhadap topik-topik kesehatan, termasuk di lingkungan sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan bertema “*Kesehatan Gigi dan Mulut pada Remaja di SMA Negeri 1 Gedong Tataan*” telah dilaksanakan pada hari Senin, 18 November 2024, pukul 13.30 hingga 15.00 WIB. Kegiatan ini merupakan bagian dari Ujian Tengah Semester mata kuliah *Pengembangan Strategi Promosi Kesehatan* dan dilaksanakan oleh Tim Penyuluhan Kelompok 3. Kegiatan berlangsung di SMA Negeri 1 Gedong Tataan dan diikuti oleh 30 orang siswa sebagai peserta. Adapun kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut serta mendorong perilaku hidup bersih di kalangan remaja.

Kegiatan dimulai dengan persiapan panitia, dilanjutkan dengan pembukaan dan pengisian absensi serta pre-test oleh para peserta. Setelah itu, pemaparan materi inti dilakukan secara komunikatif oleh tim penyuluh. Materi mencakup pengertian karies gigi, penyebab umum gigi berlubang, kebiasaan menyikat gigi yang benar, pentingnya pemeriksaan gigi secara berkala, serta makanan yang mempengaruhi kesehatan gigi. Penyampaian dilakukan dengan metode ceramah interaktif

yang dilengkapi sesi tanya jawab, sehingga mendorong keterlibatan aktif dari peserta. Hasil menunjukkan bahwa nilai rata-rata pre-test peserta adalah 8,65 yang tergolong dalam kategori “baik”, dan nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 9,43 yang termasuk kategori “sangat baik”. Berdasarkan skala penilaian (0–5 = kurang, 6–7,9 = cukup, 8–8,9 = baik, dan 9–10 = sangat baik), peningkatan ini menunjukkan keberhasilan metode penyuluhan yang digunakan. Seluruh peserta mengalami peningkatan atau mempertahankan nilai yang sama, tanpa ada penurunan hasil. Beberapa peserta mengalami peningkatan signifikan, seperti An. ARF dari nilai 7 ke 9, An. MA.K dari 8,5 ke 9,5, dan An. SMI dari 8 ke 9,5. Tingginya antusiasme dan partisipasi aktif siswa selama kegiatan juga menjadi indikator keberhasilan dalam menyampaikan materi. Penyuluhan ini terbukti efektif dalam menanamkan pemahaman pentingnya kebersihan gigi dan mulut, serta menjadi langkah promotif yang sangat relevan diterapkan di lingkungan sekolah untuk mendorong perubahan perilaku sehat sejak remaja. Berikut grafik hasil pre-test dan post-test:



Gambar Grafik Hasil Pre-Test dan Post-Test

Berdasarkan keberhasilan kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa metode penyuluhan berbasis ceramah yang dikombinasikan dengan diskusi dan evaluasi (pre-test dan post-test) merupakan strategi promosi kesehatan yang efektif untuk kelompok usia remaja. Tingkat pemahaman yang tinggi dari para peserta menandakan bahwa informasi yang disampaikan mudah dipahami, relevan dengan kebutuhan mereka, serta mampu membentuk pemikiran baru yang positif mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut. Hal ini juga diperkuat oleh suasana kegiatan yang kondusif dan pendekatan komunikatif dari tim penyuluh.



Kegiatan ini memberikan bukti bahwa promosi kesehatan melalui jalur pendidikan formal seperti sekolah sangat strategis dan potensial untuk membentuk perilaku hidup sehat sejak dini. Edukasi yang dilakukan secara tepat dan menyenangkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membuka kesadaran kolektif siswa untuk menjaga kesehatan pribadi. Oleh karena itu, kegiatan semacam ini sebaiknya dilakukan secara rutin dan berkelanjutan untuk membentuk generasi muda yang peduli terhadap kesehatan, terutama kesehatan gigi dan mulut yang kerap kali masih dianggap remeh oleh sebagian besar masyarakat.



Dokumentasi kegiatan



Pamlet Penyuluhan

SIMPULAN

Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut pada remaja merupakan langkah penting dalam upaya pencegahan dini terhadap masalah-masalah umum seperti karies, plak, dan penyakit periodontal. Melalui kegiatan yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Gedong Tataan, terlihat bahwa remaja dapat memahami pentingnya menjaga kebersihan gigi melalui praktik yang benar, seperti menyikat gigi dengan pasta gigi berfluoride dan rutin memeriksakan gigi ke tenaga kesehatan. Pemahaman ini semakin kuat dengan dukungan informasi mengenai pengaruh pola makan, gaya hidup, dan kebiasaan harian terhadap kesehatan gigi dan mulut.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Visualisasi Data SKI 2023 Kesehatan Gigi dan Mulut di Indonesia*. Diakses dari https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5534/1/04%20factsheet%20Gilut_bahasa.pdf
- Purwaningsih, E., Aini, A. S., Ulfah, S. G., & Hidayati, S. (2022). Literature review: Perilaku menyikat gigi pada remaja sebagai upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut. *Jurnal Kesehatan Gigi dan Mulut*, 4(1), 15–17. Diakses dari <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jkgm/article/view/819>
- Pratiwi, A. S., & Suprihatin, E. (2021). Efektivitas penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah terhadap pengetahuan dan sikap remaja dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 10–17. Diakses dari <https://ejournal.unair.ac.id/JPKI/article/view/24853>
- Ramdani, F. F. (2022). Faktor sosial budaya yang mempengaruhi kesehatan gigi dan mulut remaja. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 3(2), 62–68. Diakses dari <https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/JKG/article/view/672>
- Tahir, E. S., & Mulyono, P. (2025). Pengaruh edukasi terhadap perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut. *Jurnal Pelayanan dan Kesehatan*, STIAYAPPI Makassar. Diakses dari <https://journal-stiyappimakassar.ac.id>
- Sholekhah, N. K., Zaini, W. N., & Sulistyowati, R. (2025). Upaya peningkatan kesadaran remaja dalam menjaga kesehatan gigi melalui pendekatan komunitas. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 7(1). Diakses dari <https://jurnal.fokgii.com>
- Silitonga, H. E., & Wisnuwardani, R. W. (2025). Strategi promotif untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut di kalangan pelajar. *Jurnal Kesehatan Gigi dan Mulut*, Poltekkes Palembang. Diakses dari <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id>
- Thania, L., Fatimah, N., & Marniati, M. (2025). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang kebersihan gigi dan mulut. *Jurnal Kesehatan*, STIKes Kesosi. Diakses dari <https://jurnal.stikeskesosi.ac.id>
- Misrohmasari, E., & Dwiarmoko, S. (2025). Pengembangan media edukatif interaktif untuk promosi kesehatan gigi pada remaja. *Journal of Innovation in Public Health*, Bajang Journal. Diakses dari <https://bajangjournal.com>
- Ramadanty, D. D., Suminar, E., & Zuhroh, D. F. (2025). Evaluasi program penyuluhan kesehatan gigi berbasis sekolah. *Jurnal Ilmiah Rumpun Ilmu Kesehatan*. Diakses dari <https://prin.or.id>