

Gambaran Kebiasaan Menyikat Gigi Dengan Tingkat Kebersihan Gigi Mulut Pada Siswa Sdn 62 Tajong

Jusriani¹, Jumriani², Agus Supriatna³
Program Diploma Tiga Kesehatan Gigi, Jurusan Kesehatan Gigi
¹²³Jurusan Kesehatan Gigi
¹²³Poltekkes Kemenkes Makassar
Email : jusrianiyunus02@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan gigi dan mulut memiliki peranan penting dalam menunjang aktivitas sehari-hari, terutama pada anak-anak sekolah dasar yang rentan mengalami karies gigi. Upaya utama dalam menjaga kebersihan gigi adalah dengan menyikat gigi secara benar. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kebiasaan menyikat gigi siswa SDN 62 Tajong Kabupaten Bone serta tingkat kebersihan gigi dan mulut mereka. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan teknik total sampling yang melibatkan 68 siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner mengenai kebiasaan menyikat gigi serta pemeriksaan menggunakan indeks OHI-S. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik, meskipun masih ditemukan yang cukup dan kurang. Status kebersihan gigi dan mulut mayoritas berada pada kategori sedang, sebagian termasuk baik, dan tidak ditemukan pada kategori buruk. Siswa yang terbiasa menyikat gigi dengan baik cenderung memiliki tingkat kebersihan gigi yang lebih baik dibandingkan dengan yang kebiasaannya cukup atau kurang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kebiasaan menyikat gigi yang tepat dapat membantu meningkatkan kebersihan gigi dan mulut. Dukungan keluarga dan sekolah sangat penting dalam membentuk kebiasaan menyikat gigi dengan cara serta waktu yang benar..

Kata kunci : Kebiasaan menyikat gigi; kebersihan gigi mulut; OHI-S; siswa sekolah dasar

Description of Tooth Brushing Habits and Oral Hygiene Levels of Students at Sdn 62 Tajong

ABSTRACT

Oral and dental health play an important role in supporting daily activities, especially for elementary school children who are prone to experiencing dental caries. The main effort to maintain oral hygiene is brushing teeth properly. This study was conducted to determine the toothbrushing habits of students at SDN 62 Tajong, Bone Regency, as well as their oral hygiene status. The research used a descriptive method with a total sampling technique involving 68 students. Data were collected through questionnaires on toothbrushing habits and examinations using the OHI-S index. The results showed that most students had good toothbrushing habits, although some were categorized as fair and poor. The majority of students' oral hygiene status was in the moderate category, some were good, and none were in the poor category. Students with good toothbrushing habits tended to have better oral hygiene compared to those with fair or poor habits. It can be concluded that proper toothbrushing habits can improve oral hygiene. The role of families and schools is crucial in fostering the habit of brushing teeth in the correct way and at the right time.

Keywords : Tooth brushing habits; oral hygiene; OHI-S; elementary school students

PENDAHULUAN

Kondisi kesehatan gigi dan mulut berperan sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kesehatan tubuh secara total dan berperan penting dalam menunjang kualitas hidup. Rongga mulut yang sehat dapat membuat seseorang untuk melakukan segala hal tanpa gangguan rasa sakit atau kegelisahan. Sebaliknya, gangguan kesehatan gigi dapat menimbulkan rasa nyeri, bau mulut, hingga menurunkan rasa percaya diri (Luthfiyyah Ulfa Sari Azikin et al., 2020). Salah satu tindakan praktis sekaligus bermanfaat dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut adalah menyikat gigi. Aktivitas ini berfungsi menghilangkan sisa makanan, plak, dan mencegah terbentuknya karang gigi yang berpotensi menimbulkan penyakit gigi dan jaringan pendukungnya. Namun, meskipun menyikat gigi merupakan tindakan dasar dalam menjaga kesehatan gigi, masih banyak anak

yang belum melaksanakannya secara benar, baik dari segi teknik, frekuensi, maupun waktu pelaksanaannya (Raule, 2019).

Masalah kesehatan gigi dan mulut di Indonesia hingga kini masih mengkhawatirkan. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, tercatat sekitar 93% anak-anak mengalami gangguan kesehatan gigi, dengan karies sebagai masalah yang paling kerap ditemukan. Prevalensi karies gigi anak usia sekolah dasar juga dipengaruhi oleh pola makan tinggi gula, konsumsi makanan manis, serta rendahnya kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan gigi. Di Sulawesi Selatan, meskipun sebagian besar masyarakat telah terbiasa menyikat gigi setiap hari, hanya sebagian kecil yang melakukannya pada waktu yang dianjurkan, yaitu setelah makan pagi dan sebelum tidur malam. Rendahnya kepatuhan terhadap waktu menyikat gigi yang benar menjadi penyebab utama status kebersihan mulut belum optimal. Kondisi ini diperparah oleh kurangnya edukasi kesehatan gigi di sekolah maupun pengawasan dari orang tua, sehingga anak-anak cenderung membentuk kebiasaan yang kurang tepat sejak dini.

Kebiasaan menyikat gigi pada anak sekolah dasar penting untuk diperhatikan, karena masa ini merupakan fase pembentukan perilaku dan kebiasaan hidup sehat yang dapat bertahan hingga dewasa. Penelitian awal di SDN 62 Tajong Kabupaten Bone menemukan bahwa sebagian besar siswa belum melakukan kegiatan menyikat gigi dengan benar. Dari 68 siswa yang diperiksa, 43 di antaranya mengalami karies, serta banyak di antara mereka yang belum menyikat gigi sesuai frekuensi dan waktu yang tepat. Fakta ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan, perilaku, dan hasil kesehatan gigi anak. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran kebiasaan menyikat gigi siswa SDN 62 Tajong serta menilai kebersihan gigi dan mulut mereka. Diharapkan temuan penelitian ini menjadi dasar dalam memberikan rekomendasi edukasi dan intervensi baik di lingkungan sekolah maupun keluarga, sehingga dapat meningkatkan kesadaran siswa tentang cara merawat kesehatan gigi dan mulut berawal usia kecil.

METODE

Penelitian ini memakai desain deskriptif observasional untuk menggambarkan kebiasaan menyikat gigi serta tingkat kebersihan gigi dan mulut pada siswa. Kegiatan penelitian dilaksanakan di SDN 62 Tajong Kabupaten Bone pada bulan Mei hingga Juni 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SDN 62 Tajong yang berjumlah 68 orang dan semuanya dijadikan sampel melalui teknik total sampling. Data primer dikumpulkan dengan kuesioner mengenai kebiasaan menyikat gigi yang mencakup frekuensi, waktu, dan cara menyikat gigi. Selain itu, dilakukan pula pemeriksaan langsung dengan menggunakan Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S) untuk menilai kebersihan gigi dan mulut. Instrumen penelitian terdiri dari lembar kuesioner, kaca mulut, sonde, nierbeken, serta perlengkapan pelindung diri. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif melalui distribusi frekuensi dan tabulasi silang untuk melihat hubungan antara kebiasaan menyikat gigi dengan status kebersihan gigi dan mulut siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SDN 62 Tajong yang terletak di Kabupaten Bone. Sekolah ini adalah salah satu sekolah dasar negeri yang memiliki jumlah siswa cukup untuk penelitian mengenai kebiasaan menyikat gigi serta kondisi kebersihan gigi dan mulut. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei - Juni 2025 dengan jumlah responden sebanyak 68 siswa

Berdasarkan data yang didapat dari kuesioner dan pengamatan langsung, karakteristik responden terdiri dari siswa laki-laki dan perempuan yang berada di bangku kelas I - VI:

Tabel 1.
Identitas Anak Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa
SDN 62 Tajong Kab. Bone

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	35	51,5
Perempuan	33	48,5
Total	68	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa jumlah responden cukup seimbang, dengan siswa laki-laki sedikit lebih banyak dibanding dengan siswa perempuan.

Tabel 2.
Distribusi berdasarkan kebiasaan menyikat gigi pada siswa
SDN 62 Tajong Kab. Bone

Kebiasaan Menyikat Gigi	n	%
Baik	28	41,2
Cukup	27	39,7
Kurang	13	19,1
Tota	68	100

Berdasarkan tabel di atas, responden yang masuk dalam kategori kebiasaan menyikat gigi kurang sebanyak 13 orang (19,1%) dari total responden. Hal ini menunjukkan bahwa kebanyak anak masih masih menyikat gigi secara tidak benar.

Tabel 3.
Distribusi berdasarkan tingkat kebersihan gigi pada siswa SDN
62 Tajong Kab. Bone

Tingkat Kebersihan Gigi	n	%
Baik	30	44,1
Sedang	38	55,9
Buruk	0	0
Total	68	100

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa mayoritas siswa termasuk dalam kategori kebersihan gigi dan mulut sedang dengan jumlah 38 responden (55,9%). Sedangkan 30 responden (44,1%) berada pada kategori baik, dan tidak ditemukan siswa pada kategori buruk

Tabel 4.
Tingkat Kebersihan Gigi Mulut Berdasarkan Kebiasaan Menyikat
Gigi Pada Siswa SDN 62 Tajong Kab. Bone

Kebiasaan menyikat gigi	Tingkat kebersihan gigi							
	Baik		Sedang		Buruk		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Baik	22	78,6	6	21,4	0	0	68	100
cukup	5	18,5	22	81,5	0	0	68	100
Kurang	2	15,4	11	61,6	0	0	68	100

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa menunjukkan kebiasaan menyikat gigi yang baik.28 orang) memperlihatkan tingkat kebersihan gigi dan mulut yang baik, yaitu sebanyak 22 orang (78,6%). Sisanya, ada 6 orang (21,4%) yang masuk dalam kategori cukup. Tidak ada siswa yang memiliki kebiasaan menyikat gigi baik yang masuk dalam kategori buruk berdasarkan OHI-S.

Pada kategori siswa dengan kebiasaan menyikat gigi cukup (27 orang), sebagian besar justru memiliki kebersihan gigi mulut yang sedang, yaitu sebanyak 22 orang (81,5%), dan hanya 5 orang (18,5%) yang masuk dalam kategori OHI-S baik.

Sementara itu, Pada siswa yang memiliki kebiasaan menyikat gigi yang kurang, yaitu , sebagian besar atau 11 orang (84,6%) tergolong berada dalam kategori kebersihan gigi dan mulut sedang, sedangkan hanya 2 orang (15,4%) yang masuk dalam kategori OHI-S baik. Tidak ada siswa yang masuk dalam kategori OHI-S buruk di antara seluruh kelompok siswa dengan kebiasaan menyikat gigi yang kurang.

PEMBAHASAN

Dari hasil yang didapatkan pada siswa SDN 62 Tajong Kab. Bone, Berdasarkan karakteristik responden, diperoleh hasil bahwa jumlah siswa laki-laki dan perempuan relatif seimbang. Keseimbangan ini memberikan gambaran yang lebih objektif karena tidak ada satu jenis kelamin yang mendominasi, sehingga dapat mempengaruhi pola kebiasaan menyikat gigi. Dengan demikian, perilaku yang ditemukan dalam penelitian ini dapat mencerminkan kondisi umum siswa di sekolah tersebut.

Dari hasil kebiasaan menyikat gigi menunjukkan bahwa sebagian siswa sudah memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik. Namun, masih ditemukan sebagian siswa yang kebiasaannya tergolong cukup bahkan buruk. Hal ini menandakan bahwa belum semua siswa menerapkan perilaku menyikat gigi sesuai anjuran yang tepat. Beberapa siswa mungkin sudah terbiasa menyikat gigi setiap hari, tetapi masih kurang tepat dalam hal waktu, misalnya tidak melakukannya setelah sarapan atau sebelum tidur. Ada pula siswa lainnya mungkin juga belum memahami pola menyikat gigi yang benar, sehingga hasilnya kurang maksimal dalam merawat kebersihan gigi dan mulut.

Penelitian ini sejalan dengan hasil studi yang dilakukan oleh (Aqidatunisa et al., 2022), Meskipun anak-anak sudah menyikat gigi, masih banyak dari mereka yang tidak melakukan hal itu dengan benar. Begitu pula dengan temuan dari (Wanti et al., 2021), yang menyebutkan bahwa kebiasaan dalam menyikat gigi dipengaruhi oleh dorongan, baik dari faktor dalam diri maupun dari faktor lingkungan luar. Rendahnya motivasi dan pengawasan dari orang tua serta guru dapat menyebabkan anak-anak kurang menyadari pentingnya menyikat gigi secara rutin dan benar.

Tingkat kebersihan gigi dan mulut siswa yang diperoleh melalui pemeriksaan langsung dengan indeks OHI-S didapatkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat kebersihan yang sedang, dan sebagian lainnya tergolong baik. Tidak ada siswa yang memiliki kebersihan mulut dalam kategori buruk. Hal ini menggambarkan bahwa meskipun kebiasaan menyikat gigi belum sepenuhnya optimal, namun sudah terdapat upaya dari siswa untuk menjaga kebersihan gigi. Ini juga dapat menunjukkan bahwa siswa sudah mulai menyadari pentingnya menyikat gigi, meskipun belum semua melakukannya secara tepat dan konsisten.

Meskipun kebiasaannya tergolong baik, hasil pemeriksaan OHI-S menunjukkan bahwa kebersihan gigi dan mulut masih dalam kategori sedang. Ini menunjukkan bahwa ada beberapa hal-hal yang belum maksimal dalam menjaga kebersihan gigi. Salah satu kemungkinan penyebabnya adalah cara menyikat gigi yang belum benar. Meskipun siswa mengatakan mereka menyikat gigi, tapi bisa saja teknik menyikatnya belum tepat, seperti tidak melingkar atau tidak menyikat semua bagian gigi dengan benar. Selain itu, mungkin ada yang menyikat gigi terlalu cepat, tidak mencapai waktu dua menit, atau menyikat hanya bagian depan gigi saja.

Hal ini menjadi indikasi bahwa kurangnya perhatian terhadap frekuensi, waktu, dan teknik menyikat gigi bisa menurunkan efektivitas dalam menjaga kesehatan mulut. Kurangnya pengawasan dari orang tua serta minimnya edukasi dari lingkungan sekolah dapat menjadi faktor yang menyebabkan rendahnya kesadaran siswa terhadap pentingnya merawat kebersihan gigi secara konsisten. Berdasarkan temuan oleh (Linarsari & Meilendra, 2019), menunjukkan bahwa perilaku menyikat gigi yang tidak dilakukan secara teratur, terutama setelah makan pagi dan sebelum tidur, berpengaruh besar terhadap peningkatan risiko terjadinya plak dan karang gigi, yang kemudian menurunkan status kebersihan gigi dan mulut secara keseluruhan.

Menurut (Harahap & Putra, 2019) status kebersihan gigi dan mulut bisa diakibatkan oleh cara dan waktu menyikat gigi yang benar. Apabila seseorang menyikat gigi hanya sekadar kebiasaan tanpa memperhatikan teknik dan waktu yang tepat, maka efektivitasnya dalam menghilangkan plak dan mencegah karang gigi menjadi rendah. Maka dari itu, perlunya pembiasaan menyikat gigi dua kali dalam sehari dengan teknik menyikat yang baik dan menyeluruh menjadi sangat penting. Temuan ini juga sesuai dengan (Purwaningsih et al., 2022), yang menegaskan bahwa menyikat gigi dengan cara yang tepat, seperti gerakan vertikal, sirkuler, horizontal dapat memberikan perlindungan maksimal bagi gigi dari kerusakan.

Hasil tabulasi silang antara kebiasaan menyikat gigi dan status kebersihan gigi dan mulut memberikan gambaran yang semakin jelas bahwa terdapat keterkaitan antara kedua variabel tersebut. Siswa yang memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik umumnya memiliki tingkat kebersihan gigi dan mulut yang lebih baik pula. Sementara siswa dengan kebiasaan menyikat gigi yang cukup atau buruk cenderung hanya mencapai tingkat kebersihan mulut pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik kebiasaan menyikat gigi yang dimiliki seseorang, maka semakin bersih pula kondisi gigi dan mulutnya.

Kebiasaan menyikat gigi yang tidak dibentuk secara konsisten sejak dini akan cenderung sulit diperbaiki saat memasuki usia remaja atau dewasa. Dengan demikian, sekolah sebagai institusi formal yang memiliki akses langsung terhadap anak-anak perlu mengambil peran lebih aktif, seperti mengintegrasikan materi kesehatan gigi dalam pembelajaran atau melibatkan petugas kesehatan dalam pemeriksaan rutin dan evaluasi status OHI-S siswa. Upaya tersebut terbukti dapat menurunkan risiko terjadinya plak dan karang gigi serta membentuk kebiasaan menyikat gigi yang benar dan berkelanjutan.

Penelitian ini menguatkan hasil studi yang ditemukan oleh (Billa et al., 2023), yang menunjukkan bahwa siswa dengan kebiasaan menyikat gigi yang baik memiliki status kebersihan mulut yang lebih baik jika dibandingkan dengan siswa yang tidak rutin atau tidak benar dalam menyikat gigi. Artinya, perilaku menyikat gigi sangat menentukan kebersihan dan kesehatan mulut anak. Oleh karena itu, perlu adanya peningkatan edukasi dari berbagai sumber, termasuk guru dan orang tua, agar anak dapat menerapkan kebiasaan menyikat gigi secara konsisten dan dengan cara yang benar.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian siswa SDN 62 Tajong sudah memiliki kesadaran dan kebiasaan menyikat gigi yang baik, namun masih diperlukan perhatian lebih lanjut agar seluruh siswa mampu menerapkan kebiasaan tersebut secara maksimal. Dukungan dari lingkungan sekolah dan keluarga sangat dibutuhkan dalam mengubah kebiasaan siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kebiasaan menyikat gigi siswa SDN 62 Tajong secara umum sudah berada pada kategori baik, meskipun masih terdapat sebagian yang hanya cukup bahkan kurang dalam penerapannya. Kebersihan gigi dan mulut sebagian besar siswa berada pada kategori sedang, sementara sisanya baik, dan tidak ditemukan kategori buruk, yang menunjukkan bahwa perilaku menyikat gigi belum sepenuhnya efektif menjaga kesehatan rongga mulut. Temuan ini memperlihatkan adanya keterkaitan bahwa siswa dengan kebiasaan menyikat gigi yang baik cenderung memiliki tingkat kebersihan gigi dan mulut yang lebih optimal daripada dengan siswa yang belum konsisten menerapkan kebiasaan tersebut. Oleh sebab itu, diperlukan upaya berkelanjutan melalui penyuluhan kesehatan gigi dan mulut yang lebih intensif serta keterlibatan aktif orang tua dan sekolah dalam membimbing anak menyikat gigi pada waktu dan dengan teknik yang tepat, sehingga perilaku ini dapat menjadi bagian dari rutinitas hidup sehat. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas kajian dengan mempertimbangkan faktor lain, seperti pola makan, pengaruh lingkungan keluarga, serta intervensi pendidikan kesehatan yang inovatif agar pemahaman dan praktik kebersihan gigi anak semakin meningkat

DAFTAR PUSTAKA

- Aqidatunisa, H. A., Hidayati, S., & Ulfah, S. F. (2022). Hubungan Pola Menyikat Gigi Dengan Kebersihan Gigi Dan Mulut Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Skala Kesehatan*, 13(2), 105–112. <https://doi.org/10.31964/jsk.v13i2.366>
- Azikin, L. U. S., & A. Muh. Multazam, & Yusriani. (2020). Analisis Faktor Predisposing Terhadap Kualitas Kesehatan Gigi dan Mulut Melalui Pemanfaatan Pelayanan Kesehatan. *Window of Public Health Journal*, 1(4), 302–309. <https://doi.org/10.33096/woph.v1i4.74>
- Billa, A. S., Nurjannah, N., Laut, D. M., Praptiwi, Y. H., & Ningrum, N. (2023). Gambaran Tingkat Kebersihan Gigi Mulut Menurut Kebiasaan Menyikat Gigi Pada Siswa Kelas IV di SDN Panyileukan 268. *Jurnal Terapi Gigi dan Mulut*, 3(1), 24–30.
- Harahap, R. A., & Putra, F. E. (2019). *Buku Ajar Komunikasi Kesehatan*. Prenadamedia Group.
- Linasari, & Meilendra, K. (2019). Hubungan Perilaku Menyikat Gigi Pada Malam Hari Dengan Tingkat Keparahan Gingivitis Pada Remaja Di Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 200. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1307>
- Purwaningsih, E., Aini, A. S., Ulfah, S. F., & Hidayati, S. (2022). Literatur Review : Perilaku Menyikat Gigi Pada Remaja Sebagai Upaya Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut. *Jurna Kesehatan Gigi Mulu*, 4(1), 15–23.
- Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018
- Raule, J. H. (2019). Kebersihan Gigi Dan Mulut Siswa Kelas Iv Dan V Sd Gmim I Aertembaga Kota Bitung. *JIGIM (Jurnal Ilmiah Gigi dan Mulut)*, 2(2), 89–95. <https://doi.org/10.47718/jgm.v2i2.1423>
- Wanti, M., Mintjelungan, C. N., & Wowor, V. N. S. (2021). Pengaruh Motivasi Ekstrinsik terhadap Perilaku Menyikat Gigi pada Anak. *e-GiGi*, 9(1), 15–20. <https://doi.org/10.35790/eg.9.1.2021.32365>