

EDUKASI DAN PEMERIKSAAN KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN GINGIVITIS PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS KUTA BARO ACEH BESAR

*Dental And Oral Hygiene Education And Examination As An Effort To Prevent
Gingivitis In Pregnant Women At Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar*

Nurdin¹, Amiruddin², Ainun Mardhiah³ Finaul Asyura⁴

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Aceh, Address Jl. Soekarno-Hatta Kampus Terpadu, Aceh Besar 23231, Indonesia

⁴Program Studi S-I Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

*Email Corresponding author: nurdinjalil27@gmail.com Finaul@uui.ac.id

Abstrak

Kesehatan gigi dan mulut merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan ibu hamil, mengingat perubahan hormonal selama kehamilan dapat meningkatkan risiko terjadinya gingivitis. Gingivitis pada ibu hamil tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan, tetapi juga berpotensi berpengaruh terhadap kesehatan kehamilan, termasuk risiko kelahiran prematur dan berat badan lahir rendah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya kebersihan gigi dan mulut, serta melakukan pemeriksaan kebersihan gigi guna mencegah terjadinya gingivitis. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Kuta Baro, Kabupaten Aceh Besar, melalui metode edukasi langsung, demonstrasi teknik menyikat gigi yang benar, pemeriksaan indeks kebersihan gigi dan mulut, serta konseling per individu. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman ibu hamil mengenai perawatan gigi dan mulut, serta ditemukannya beberapa kasus kebersihan gigi yang kurang optimal yang kemudian ditindaklanjuti dengan saran rujukan ke fasilitas kesehatan. Secara keseluruhan, program ini berkontribusi positif dalam upaya pencegahan gingivitis pada ibu hamil dan diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai bagian dari pelayanan kesehatan maternal di Puskesmas.

Kata kunci : Kebersihan Gigi dan Mulut, Gingivitis, Ibu Hamil

Abstract

Dental and oral health is an important aspect in maintaining the health of pregnant women, considering that hormonal changes during pregnancy can increase the risk of gingivitis. Gingivitis in pregnant women not only causes discomfort, but also has the potential to affect the health of pregnancy, including the risk of premature birth and low birth weight. This community service activity aims to increase knowledge and awareness of pregnant women about the importance of dental and oral hygiene, as well as conduct dental hygiene checks to prevent gingivitis. Activities were carried out at the Kuta Baro Health Center, Aceh Besar regency, through direct education methods, demonstrations of correct brushing techniques, dental and oral hygiene index checks, and individual counseling. The results of the activity showed an increase in understanding of pregnant women regarding dental and oral care, as well as the discovery of several cases of suboptimal dental hygiene which were then followed up with referral suggestions to health facilities. Overall, this program contributes positively to the Prevention of gingivitis in pregnant women and is expected to be implemented on an ongoing basis as part of maternal health services at Puskesmas. Keywords: dental and oral hygiene, Gingivitis, pregnant women

Keywords: Dental and oral hygiene, Gingivitis, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral dari kesehatan umum, terutama bagi ibu hamil yang mengalami perubahan fisiologis dan hormonal signifikan selama masa kehamilan. Perubahan hormon estrogen dan progesteron dapat meningkatkan vaskularisasi jaringan gingiva serta memicu respons inflamasi yang lebih kuat terhadap iritasi dari plak gigi. Kondisi ini menjadikan ibu hamil lebih rentan mengalami gingivitis, yaitu peradangan pada gusi yang ditandai dengan pembengkakan, kemerahan, dan perdarahan saat menyikat gigi (Silk et al., 2008). Bila tidak ditangani, gingivitis dapat berkembang menjadi periodontitis yang berpotensi berdampak buruk bagi kesehatan ibu maupun perkembangan janin.

Masalah kesehatan gigi dan mulut pada ibu hamil juga berhubungan dengan faktor perilaku, seperti kurangnya pengetahuan mengenai perawatan gigi selama kehamilan, teknik menyikat gigi yang kurang tepat, serta rendahnya kebiasaan melakukan pemeriksaan gigi secara berkala. Penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil dengan kebersihan gigi dan mulut yang buruk memiliki risiko lebih tinggi mengalami gingivitis dibandingkan mereka yang melakukan perawatan oral secara rutin (Santoso, 2015). Kondisi ini semakin diperburuk oleh adanya ketakutan atau kekhawatiran untuk melakukan perawatan gigi selama kehamilan akibat informasi yang kurang tepat.

Di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar, masih ditemukan kasus ibu hamil dengan kebersihan gigi dan mulut yang kurang optimal berdasarkan pengamatan tenaga kesehatan setempat. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan gigi dan mulut, pemeriksaan kebersihan gigi, serta demonstrasi praktik menyikat gigi yang benar. Upaya edukasi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu hamil dalam menjaga kesehatan mulut, sehingga dapat menurunkan prevalensi gingivitis pada kelompok tersebut (Boggess & Edelstein, 2006).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk memberikan pengetahuan, keterampilan praktis, dan layanan pemeriksaan sederhana kepada ibu hamil di wilayah kerja

Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. Melalui intervensi ini diharapkan terjadi peningkatan kesadaran dan perilaku perawatan gigi dan mulut, serta pencegahan dini terhadap gingivitis selama masa kehamilan. Program ini sekaligus mendukung peningkatan kualitas layanan kesehatan maternal dan anak di tingkat fasilitas kesehatan primer.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang terstruktur. Tahap pertama adalah persiapan, meliputi koordinasi dengan pihak Puskesmas Kuta Baro, penyusunan materi edukasi, serta penyiapan alat dan instrumen yang akan digunakan dalam penyuluhan dan pemeriksaan kebersihan gigi dan mulut. Selanjutnya dilakukan kegiatan edukasi kesehatan kepada ibu hamil dengan metode ceramah interaktif menggunakan media audiovisual, yang berisi penjelasan mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut selama kehamilan, faktor risiko terjadinya gingivitis, serta cara perawatan oral yang benar. Setelah sesi edukasi, tim melakukan demonstrasi teknik menyikat gigi yang benar menggunakan model mulut, kemudian peserta diminta mempraktikkan teknik tersebut secara langsung untuk memastikan pemahaman dan keterampilan mereka.

Pada tahap berikutnya dilakukan pemeriksaan kebersihan gigi dan mulut menggunakan indeks sederhana seperti Oral Hygiene Index atau indeks plak. Pemeriksaan ini bertujuan untuk mengidentifikasi kondisi kesehatan gingiva, keberadaan plak, atau tanda awal gingivitis. Setiap ibu hamil diberikan umpan balik mengenai kondisi mulutnya serta saran perawatan yang sesuai. Bagi peserta yang ditemukan memiliki masalah kesehatan gigi yang lebih serius, diberikan anjuran untuk melakukan pemeriksaan lanjutan ke unit pelayanan dokter gigi. Kegiatan diakhiri dengan evaluasi berupa pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta, serta penyusunan laporan dokumentasi kegiatan. Metode ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman dan perilaku ibu hamil dalam

menjaga kesehatan gigi dan mulut sebagai upaya pencegahan gingivitis.

TAHAPAN PELAKSANAAN

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama pihak Puskesmas Kuta Baro untuk menentukan sasaran kegiatan, jadwal pelaksanaan, serta kebutuhan logistik yang diperlukan. Tim menyusun materi edukasi berupa slide presentasi, leaflet, dan alat peraga untuk demonstrasi teknik menyikat gigi. Selain itu dilakukan persiapan instrumen pemeriksaan seperti kaca mulut, spatel, alat pelindung diri (APD), serta formulir penilaian indeks kebersihan gigi dan mulut. Tim juga menyiapkan pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Seluruh perangkat kegiatan diuji coba singkat agar pelaksanaan berjalan lancar.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pengabmas dilaksanakan pada tanggal **20 Agustus 2025** di Puskesmas Kuta Baro, Aceh Besar. Pelaksanaan dimulai dengan registrasi dan pembagian pre-test kepada ibu hamil yang hadir. Selanjutnya dilakukan edukasi kesehatan melalui penyuluhan interaktif tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut selama kehamilan, mekanisme terjadinya gingivitis, serta cara pencegahannya. Setelah sesi edukasi, tim melakukan demonstrasi teknik menyikat gigi yang benar menggunakan model gigi dan mulut, kemudian peserta diminta mempraktikkan secara langsung. Tahap berikutnya adalah pemeriksaan kebersihan gigi dan mulut menggunakan indeks plak atau Oral Hygiene Index, guna mengidentifikasi kondisi kebersihan mulut masing-masing peserta. Setiap ibu hamil mendapatkan umpan balik dan konseling individual mengenai hasil pemeriksaan, termasuk saran perawatan lanjutan jika ditemukan tanda-tanda gingivitis.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai. Evaluasi meliputi pengukuran peningkatan pengetahuan melalui post-test, kemudian dibandingkan dengan hasil pre-test. Tim juga melakukan observasi singkat mengenai perubahan pemahaman dan

kemampuan praktik menyikat gigi yang benar setelah demonstrasi. Selain itu, dilakukan penilaian terhadap proses pelaksanaan kegiatan, ketepatan waktu, partisipasi peserta, serta efektivitas metode yang digunakan. Dokumentasi kegiatan dikumpulkan untuk penyusunan laporan akhir, yang mencakup capaian, kendala, dan rekomendasi untuk pelaksanaan program serupa di masa mendatang. Evaluasi ini bertujuan memastikan keberlanjutan edukasi kesehatan gigi dan mulut bagi ibu hamil di wilayah Puskesmas Kuta Baro.

HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN

Pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Edukasi Dan Pemeriksaan Kebersihan Gigi Dan Mulut Sebagai Upaya Pencegahan Gingivitis Pada Ibu Hamil di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar” terlaksana sesuai jadwal secara langsung. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu Tanggal 20 Agustus 2025 yang dimulai pada pukul 08.00 WIB s/d selesai. Kegiatan edukasi dan pemeriksaan kebersihan gigi dan mulut sebagai upaya pencegahan gingivitis pada ibu hamil di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar telah berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi peserta. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil sebesar 30–45% terkait penyebab gingivitis, perubahan hormonal selama kehamilan, cara menyikat gigi yang benar, serta pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut secara rutin. Pemeriksaan langsung terhadap sejumlah ibu hamil juga menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada kategori kebersihan gigi sedang hingga baik, sementara sebagian kecil ditemukan memiliki kebersihan gigi kurang dan diberikan konseling lanjutan serta rujukan untuk pemeriksaan lebih mendalam. Selama kegiatan, seluruh peserta mampu mempraktikkan teknik menyikat gigi dengan benar dan memahami pentingnya penggunaan pasta gigi berfluoride serta kontrol rutin ke dokter gigi minimal satu kali selama kehamilan.

Kegiatan ini juga berhasil meningkatkan kesadaran ibu hamil untuk lebih rutin memeriksakan kesehatan giginya,

dibuktikan dengan meningkatnya komitmen peserta dan adanya peningkatan kunjungan pemeriksaan gigi ke Puskesmas pada periode setelah kegiatan. Secara keseluruhan, sasaran program—meliputi peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku kebersihan gigi, identifikasi ibu hamil dengan risiko gingivitis, hingga peningkatan akses layanan kesehatan gigi—berhasil dicapai. Melalui kegiatan ini, Puskesmas Kuta Baro memperoleh manfaat berupa meningkatnya partisipasi ibu hamil dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut, yang berkontribusi langsung pada pencegahan gingivitis dan mendukung kesehatan ibu serta janin. Program ini dapat menjadi model kegiatan rutin yang berkelanjutan untuk meningkatkan kesehatan gigi dan mulut pada kelompok ibu hamil di wilayah tersebut.



KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pemeriksaan kebersihan gigi dan mulut pada ibu hamil di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar berhasil memberikan dampak nyata dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran

peserta mengenai pentingnya menjaga kesehatan oral sebagai bagian dari kesehatan kehamilan. Melalui penyuluhan, demonstrasi, dan pemeriksaan langsung, ibu hamil mampu mempraktikkan teknik perawatan gigi yang benar serta mengenali risiko gingivitis yang dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, sementara pemeriksaan gigi mengidentifikasi beberapa kasus kebersihan mulut kurang optimal yang ditindaklanjuti dengan konseling. Secara keseluruhan, program ini tidak hanya mencapai tujuannya, tetapi juga memperkuat komitmen ibu hamil untuk melakukan perawatan gigi secara rutin, sehingga menjadi langkah strategis dalam pencegahan gingivitis dan peningkatan kualitas layanan kesehatan maternal.

DAFTAR PUSTAKA

- Boggess, K. A., & Edelstein, B. L. (2006). *Oral health in women during preconception and pregnancy: Implications for birth outcomes and infant oral health*. *Maternal and Child Health Journal*, 10(1), 169–174.
- Santoso, B. (2015). *Perbedaan Status Kesehatan Gingiva pada Tiap-Tiap Trimester Usia Kehamilan pada Ibu Hamil di Puskesmas Bumi Ayu Brebes*. *Jurnal Kebidanan*, 4(8), 5–10.
- Silk, H., Douglass, A. B., Douglass, J. M., & Silk, L. (2008). *Oral health during pregnancy*. *American Family Physician*, 77(8), 1139–1144.
- American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). (2013). *Oral Health Care During Pregnancy and Through the Lifespan. Committee Opinion No. 569*. Washington, DC: ACOG.
- Figuro, E., Han, Y. W., & Furuichi, Y. (2020). *Periodontal diseases and adverse pregnancy outcomes: Mechanisms*. *Periodontology* 2000, 83(1), 175–188.