

**PEMBERDAYAAN KELUARGA PADA PEMANFAATAN BUAH
BERSERAT SEBAGAI *SELF CLEANSING* GIGI DAN MULUT
MELALUI *HOME VISIT* DALAM MENURUNKAN
SKOR DEBRIS PADA MASYARAKAT
MEUNASAH BARO ACEH BESAR**

*Family Empowerment in Utilizing Fibrous Fruit as Self Cleansing
Teeth and Mouth Through Home Visit in Reducing Debris Scores
in the Community Meunasah Baro Aceh Besar*

**Linda Suyani¹, Andriani², Nonong Hanis³, Sisca Mardelita⁴, Arnela Nur⁵, Intan
Liana⁶, Cut Ratna Keumala⁷**

¹Program Studi Kesehatan Gigi Program Diploma Tiga, Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Aceh

²Program Studi Terapi Gigi Program Sarjana Terapan, Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Aceh

³Bagian Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Poltekkes Kemenkes Aceh

⁴Program Studi Kesehatan Gigi Program Diploma Tiga, Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Aceh

⁵Program Studi Terapi Gigi Program Sarjana Terapan, Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Aceh

⁶Program Studi Terapi Gigi Program Sarjana Terapan, Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Aceh

⁷Program Studi Terapi Gigi Program Sarjana Terapan, Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Aceh

*Email Corresponding author: lindabintiridwan@gmail.com

Abstrak

Home visit merupakan sebuah program yang berorientasi pada kunjungan rumah dalam memberikan edukasi pemeliharaan kesehatan gigi pada pemanfaatan buah berserat sebagai *self cleansing* gigi dengan strategi adalah pendekatan dan dukungan keluarga. Melihat hasil pemeriksaan pada data awal 75% anak di desa Meunasah Baro mengalami karies gigi dan rata-rata nilai debris indek dengan kategori buruk dengan skor 2,5. Data tersebut masih jauh dari harapan karena tidak sesuai dengan ketetapan WHO bahwa status kebersihan gigi dan mulut skor (OHI-S) $\leq 1,2$. Debris adalah salah satu penyebab utama pembentukan karang gigi dan gigi berlubang. Usaha promotif dan preventif sangat perlu diberikan kepada masyarakat. menurunkan angka debris indeks sebagai status kebersihan gigi, meningkatkan pengetahuan keluarga tentang pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut, meningkatkan keterampilan keluarga dalam menyikat gigi yang baik dan benar, meningkatkan kesadaran keluarga pada pemanfaatan buah berserat sebagai *self cleansing* gigi. Metode Pengabdian dilakukan kegiatan *home visit* dilakukan 3 kali kunjungan. Memberikan edukasi kesehatan gigi tentang pemanfaatan buah berserat sebagai *self cleansing* gigi dan cara pengunyah yang benar. Menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik menyikat gigi yang baik dan benar. nilai. Hasil pengabdian masyarakat diperoleh hasil bahwa terjadi penurunan nilai Debris Indek dari kriteria buruk 31 orang (51%) menjadi kategori baik yaitu 52 orang (87%). Peningkatan pengetahuan dan perilaku orang tua dan anak mengenai pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut dengan membiasakan mengkonsumsi buah dengan mengunyah buah yang baik dan benar sehingga dapat membantu *self cleansing* gigi pada masyarakat desa Meunasah Baro Kabupaten Aceh Besar.

Kata kunci : *Home Visit, Self Cleansing, Debris Index*

Abstract

Home visit is a program that is oriented towards home visits in providing dental health maintenance education on the use of fibrous fruit as self-cleansing teeth with a strategy of family approach and support. Looking at the results of the examination of the initial data, 75% of children in Meunasah Baro village experienced dental caries and an average debris index value in the poor category with a score of 2.5. The data is still far from expectations because it does not comply with WHO's provisions that the dental and oral hygiene status score (OHI-S) <1.2. Debris is one of the main causes of tartar formation and cavities. Promotive and preventive efforts are very necessary to be given to the community. reducing the number of debris indexes as dental hygiene status, increasing family knowledge about dental and oral health maintenance, increasing family skills in brushing teeth properly, increasing family awareness of the use of fibrous fruit as self-cleansing teeth. The Community Service Method is carried out by home visit activities carried out 3 times. Providing dental health education about the use of fibrous fruit as self-cleansing teeth and the correct way to chew. Explaining and demonstrating good and correct tooth brushing techniques. value. The results of community service obtained results that there was a decrease in the Debris Index value from the bad criteria of 31 people (51%) to the good category of 52 people (87%). Increasing the knowledge and behavior of parents and children regarding the maintenance of dental and oral hygiene by getting used to consuming fruit by chewing fruit properly and correctly so that it can help self-cleansing teeth in the Meunasah Baro village community, Aceh Besar Regency.

Keywords: *Home Visit, Self Cleaning, Debris Index*

PENDAHULUAN

Upaya mencapai derajat kesehatan gigi dan mulut yang optimal diperlukan peran serta orang. Salah satu peran serta orang dalam pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut secara sederhana adalah dengan menyikat gigi secara teratur, yang dilakukan dua kali sehari yaitu setelah makan dan sebelum tidur malam. Di samping itu dengan mengatur pola makan seperti makan – makanan yang banyak mengandung serat, dan air, serta memperkuat gigi dengan fluor (Mangoenprasodjo, 2004)

Salah satu cara mudah untuk menjaga kesehatan gigi adalah mengatur pola makan dengan memperbanyak mengkonsumsi makanan berserat seperti sayur sayuran dan buah buah buahan. Makanan berserat perlu dikunyah lebih lama sehingga gerakan mengunyah dapat merangsang pengeluaran saliva (air liur) lebih banyak. Didalam saliva terkandung zat-zat seperti substansi anti bakteri, senyawa glikoprotein, kalsium dan fluorida yang sangat bermanfaat melindungi gigi. Mengunyah makanan berserat seperti buah buahan dapat membantu membersihkan gigi.²

Banyak program yang sudah berjalan, baik itu melalui program pemerintah, media massa, iklan di televisi, atau penyuluhan di pusat kesehatan, akan tetapi kurang dapat meningkatkan derajat kesehatan gigi di sektor orang, sehingga diperlukan gagasan inovatif untuk mengembangkan suatu model yang dapat merubah status kesehatan gigi dan mulut, salah satunya melalui pemberdayaan orang melalui pendekatan keluarga melalui *home visit* dengan pemanfaatan buah berserat sebagai self cleansing gigi dan mulut. Pelaksanaan kunjungan rumah memerlukan perencanaan dan persiapan yang matang dan memerlukan kerja sama yang baik dari keluarga.¹²

Mafaat kegiatan pengabdian kepada pasyarakat ini adalah keluarga dapat meningkat pengetahuan dan wawasan tentang pemanfaatan buah dalam pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut. Keluarga mampu melakukan sikat gigi yang baik dan benar (Teknik, waktu, durasi dan frekuensi). Status kebersihan gigi dan mulut keluarga baik dan terhindar dari penyakit gigi dan mulut. keluarga dapat mengkonsumsi buah dengan cara yang benar yaitu mengunyah buah yang ada disekitarnya. Melalui kegiatan home visit keluarga, terjalin interaksi, komukasi yang lebih efektif, sehingga keluarga dapat memelihara kesehatan gigi dan mulut.

TAHAPAN PELAKSANAAN

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat direncanakan dengan cermat berdasarkan dengan berkoordinasi dengan bapak geuchik desa Meunasah Baro. Membuat jadwal kunjungan yang akan dilakukan dan menyiapkan persiapan alat dan bahan² yang diperlukan

Kunjungan home visit I yaitu memperkenalkan permasalahan kesehatan gigi dan mulut pada ibu dan anak dan memberikan edukasi tentang pemanfaatan buah berserat dan cara penggunaan yang baik dan benar (Membagikan buah nenas, semangka dan pepaya)

Pada tahap persiapan, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini direncanakan dengan cermat dan berdasarkan informasi yang diperoleh dari lingkungan sekitar. Riset tentang tingginya angka karies pada ibu dan anak usia sekolah dasar yang disebabkan oleh gaya hidup tidak sehat menjadi dasar penyusunan program ini. Tim penyelenggara menetapkan pada bulan Juni dan kegiatan tersebut dilakukan pada pukul 08.00 WIB sampai dengan selesai, sebagai waktu yang strategis untuk

menyampaikan informasi kepada siswa/siswi.

Dalam tahap persiapan, dilakukan penentuan materi yang akan disampaikan, penyusunan materi dalam bentuk powerpoint, dan perencanaan strategi penyuluhan. Tim juga mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan, serta menyusun pertanyaan yang akan diajukan pada sesi tanya jawab kepada siswa-siswi. Semua langkah ini diarahkan untuk memastikan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat berjalan dengan lancar dan efektif.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada bulan Juni 2024, pukul 08.00 WIB, kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Tim penyelenggara memulai kegiatan dengan mensosialisasikan informasi tentang Kesehatan gigi (cara, waktu dan frekuensi menyikat gigi), pola makan, dan proses terjadinya karies kepada ibu dan anak sekolah dasar. Penerapan *Home visit* dengan strategi mengedepankan upaya promotif dan preventif. Kegiatan pelayanan asuhan keperawatan gigi direncanakan selama 3 kali kunjungan rumah sbb:

Kunjungan I yaitu:

Kunjungan home visit I yaitu memperkenalkan permasalahan kesehatan gigi dan mulut pada ibu dan anak yaitu memeriksakan nilai debris indek (DI) dan memberikan edukasi tentang pemanfaatan buah berserat dan cara penggunaan yang baik dan benar.

Membagikan buah nenas, semangka dan pepaya sebanyak 400-600 gram dikonsumsi per hari bagi remaja dan dewasa dan sebanyak 300-400 gram bagi anak balita dan usia sekolah

Kunjungan II yaitu :

Kunjungan home visit II yaitu Menjelaskan dan melatih teknik menyikat gigi yang baik dan benar dan mengingatkan kembali untuk mengkonsumsi buah berserat.

Membagikan buah nenas, semangka dan pepaya sebanyak sebanyak 400-600 gram dikonsumsi per hari bagi remaja dan dewasa dan sebanyak 300-400 gram bagi anak balita dan usia sekolah.

Kunjungan III yaitu :

Kunjungan home visit III yaitu edukasi dengan mereview kembali tentang pemanfaatan buah berserat dan melatih menyikat gigi yang baik dan benar dan membiasakan keluarga untuk mengkonsumsi buah berserat.

3. Tahap Evaluasi

Dalam pelaksanaan *home visit* ini dilakukan pendampingan dan penilaian atas capaian program yang telah dilaksanakan antara tim pengusul terhadap mitra. Kemudian evaluasi terhadap kegiatan juga dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat penurunan skor debris. Evaluasi dilakukan sebelum pelaksanaan home visit (*pre test*) dan sesudah pelaksanaan home visit (*post test*) untuk membandingkan nilai skor debris sebelum dan sesudah dilakukan *home visit*.

HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN

Pengabdian kepada masyarakat dengan tema “pemberdayaan keluarga pada pemanfaatan buah berserat sebagai *self cleansing* gigi dan mulut melalui *home visit* Dalam menurunkan skor debris pada masyarakat Meunasah baro aceh besar” terlaksana sesuai jadwal secara langsung. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Juni 2024 yang dimulai pada pukul 08.00 WIB s/d selesai. Kegiatan pengabdian ini memberikan edukasi tentang pemanfaatan buah berserat dan cara penggunaan yang baik dan benar (Membagikan buah nenas, semangka dan pepaya) untuk mencegah terjadinya resiko debris indeks pada ibu dan anak usia sekolah dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1, 2 dan 3 Edukasi dan Demonstrasi mengunyah buah

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada bulan juni 2024 Tentang Pemberdayaan Keluarga Pada Pemanfaatan Buah Berserat Sebagai *Self Cleansing* Gigi dan Mulut Melalui *Home Visit* Pada Orang Desa Meunasah Baro Aceh Besar yang paling banyak responden adalah jenis kelamin perempuan sebanyak 46 responden (77%), sedangkan laki-laki hanya 14 responden (23%). Tabel 7,2 kategori umur responden yang paling banyak berada di antara umur 21-30 tahun sebanyak 21 responden (35%).

Penyampaian materi pengabdian dengan metode ceramah dan demonstrasi cara mengunyah buah dengan menggunakan

pemanfaatan buah berserat dan cara penggunaan yang baik dan benar (Membagikan buah nenas, semangka dan pepaya) disambut dengan sangat antusias oleh ibu dan anak usia sekolah di desa Meunasah Baro, Aceh Besar. Penyuluhan ini bertujuan untuk menyampaikan pengetahuan serta pemahaman tentang Debris Indeks sebagai status kebersihan gigi, keterampilan menyikat gigi, dan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut, kegiatan ini dapat terlihat dari hasil Dari hasil pengabdian masyarakat di desa Meunasah Baro terlihat bahwa terjadi penurunan nilai Debris Indeks yang sangat signifikan pada kedua intervensi mengunyah buah berserat. Terlihat nilai Debris tertinggi pada intervensi 1, skor Debris Indeks pada kategori sedang berjumlah 31 orang (51%) setelah mengunyah buah berserat paling tinggi berada pada kategori baik berjumlah 32 orang (53%), mengunyah buah berserat terlihat dapat membantu membersihkan Debris, karena dengan mengunyah buah maka air dan serat pada buah akan membantu membersihkan sisa-sisa makanan pada gigi. Masyarakat desa Meunasah Baro banyak yang belum mengetahui manfaat dari mengkonsumsi buah berserat dan cara menyikat gigi yang baik dan benar, kurangnya konsumsi buah-buahan berserat pada orang di desa Meunasah Baro Aceh Besar disebabkan oleh kurangnya kesadaran maupun edukasi mengenai pentingnya konsumsi buah dalam jumlah maupun porsi yang cukup untuk kesehatan gigi. Pada tabel 7.4 dapat dilihat bahwa sebelum mengunyah buah nilai Debris tertinggi yaitu pada kategori sedang 42 orang (70%), sedangkan sesudah mengunyah buah berserat tertinggi pada kategori baik berjumlah 52 orang (87%). Mengonsumsi buah-buahan berserat dengan mengunyah yang benar akan memberikan manfaat sebagai upaya *self cleansing* Gigi dan Mulut Pada masyarakat Desa Meunasah Baro Aceh Besar. Banyak keluarga yang mengatakan jarang mengonsumsi buah setiap hari. Ketika musim buah tertentu baru banyak

dikonsumsi, seperti buah yang ada di halaman rumahnya saja. Terlihat buah-buahan yang ada di halaman rumah seperti buah mangga, jambu, rambutan dan pisang. Sedangkan buah seperti nanas, semangka tidak ada dijumpai di halaman rumah warga desa Meunasah baro. Sehingga edukasi tentang manfaat buah berserat perlu ditingkatkan agar masyarakat lebih memahami dan mengonsumsi buah berserat dalam sehari-hari, agar akan membantu membersihkan gigi dan mulut. Masyarakat di Desa Meunasah Baro tidak mengonsumsi buah dalam jumlah yang dianjurkan setiap hari, baik dalam bentuk 1-2 potong buah maupun 3- 5 porsi.



Gambar 4, 5 dan 6. Proses Kegiatan intervensi dan Evaluasi

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan kesehatan gigi dan perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada pemanfaatan buah berserat dan cara penggunaannya dalam menurunkan skor debris. Menciptakan kebiasaan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut ibu dan anak sehingga tercapainya perubahan perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut keluarga secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Mangoenprasodjo, 2004, *Gigi Sehat Mulut Terjaga*, Jogjakarta : Think Fresh.
- Roukema, P.A., 2004, *Ludah, Ilmu Kedokteran Gigi dan Pencegahan (terje.)*, Yogyakarta : GadjahMada University Press
- Astuti, 2008, *89% Anak Derita Penyakit Gigi dan Mulut*, www.google.com
- Besford, J., 2002, *Mengenal Gigi Anda Petunjuk Bagi Orang Tua (terj.)*, Jakarta: Arcan.
- Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Laporan Nasional RISKESDAS

- 2018.Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan 2018. Diakses pada tanggal 4 Januari 2022
- reducing caries in 5-6 year old children *Community Dent Health*. 2002;19 (3) : 6-131
- Maryati, 2008, *Derajat Keasaman (pH) Saliva Pada Rongga Mulut Berkaries dan Tidak Berkaries*, Indonesia *Journal of Dentistry* <http://library.usu.ac.id./indeks.php/component/journal/index.php?option=com-journal.review&id.2-6>.
- Fajrial Azriel. *Pelayanan Kedokteran Gigi Keluarga*. Diakses tanggal 30-5-2011
- Axelsoon *Odontol Scand*. 2003 Dec; 61(6): 55-347 S. Twetman S. Dahlgren H, Holm AK, Kallestal C, Lagerlof F, Lingstrom P. Caries-preventive effect of fluoride toothpaste : asystemic review. *Acta*
- Amerongen,A., 2000, *Ludah dan Kelenjar Ludah Arti Bagi Kesehatan Gigi*, Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Eka.C. Eriska R. Feny F. Perbedaan tingkat kebersihan gigi dan mulut antara anak vegetarian dan non vegetarian di Vihara Maltreya Pusat jakarta. *Jurnal Kedokteran Gigi Indonesia Edisi Khusus PIN IKGA H.2007*
- Ircham,Ediati S. dan Sidarto S., 1993, *Penyakit Gigi dan Mulut Pencegahan Dan Perawatannya*, Jogjakarta : Liberty.
- Purnomowati, D., Arianto. 2016. Perbedaan semangka dan mentimun terhadap indeks debris pada siswa SMA Tri Sukses Natar Lampung Selatan. *Jurnal analis kesehatan*; 5(1).
- Suyono, Isa, Henry, dan Nugroho, 2008, *Derajat Keasaman Air Ludah pada Penderita Diabetes*, Cermin Dunia Kedokteran No.150,2006,Surakarta : Fakultas Kedokteran Sebelas Maret.
- Suryani, 2018, Pengaruh Home Visit Asuhan Keperawatan Gigi Keluarga Terhadap Status Kebersihan Gigi dan Mulut Pada Balita Di Desa Lambhuk Banda Aceh *Jurnal Lingkungan Hidup*
- Angela A. Pencegahan primer pada anak yang beresiko karies tinggi. *Jurnal Kedokteran gigi*. Dent J.2005 Davies GM, Worthington HV, Ellwood RP, Bentley EM, Blinkhorn AS, Taylor GO, Davies RM. A Randomised controlled trial of the efektiviness of providing free fruoride toothpaste from the age of 12 months on