GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Volume 5, Nomor 3 Tahun 2025, pp. 355-358
eISSN : 2798-4826, DOI: 10.36082/gemakes.v5i3.2017
Open Access: https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/gemakes

EDUKASI ORANG TUA MURID UNTUK MEMBENTUK KEBIASAAN MENYIKAT GIGI ANAK MENGGUNAKAN *WAND'S TIME TABLE*

Wanda Nur Aida [1]✉, Ira Liasari[2], Ellis Mirawati Hamid[3], Ardian Priyambodo[4]

Coreponding author: wandanuraida@poltekkes-mks.ac.id

[1,2,3,4] Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Makassar, Indonesia

Genesis Naskah: *14-11-2024, Revised: 20-06-2025, Accepted: 15-10-2025, Available Online: 28-10-2025*

Abstrak
Kesehatan gigi anak-anak sering terganggu akibat perilaku pemeliharaan yang kurang optimal. Peran orang tua sangat krusial dalam pemeliharaan kesehatan gigi anak usia sekolah, mengingat mereka adalah panutan utama. Aktivitas dasar dalam menjaga kesehatan gigi adalah menyikat gigi secara teratur dibutuhkan pendampingan dan kegiatan yang dilakukan secara terus menerus untuk membentuk suatu kebiasaan. ini dilakukan secara berkala. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memberikan edukasi kepada orang tua dan siswa melalui media *Wand's Time Table* untuk membentuk kebiasaan menyikat gigi anak secara menyenangkan. Metode pelaksanaan dilakukan selama 21 hari terhadap 20 siswa SD Inpres BTN IKIP II beserta orang tuanya, melalui tiga tahapan: persiapan, pelaksanaan, dan observasi. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami peningkatan kebiasaan menyikat gigi dengan kategori sangat baik (72%) yang didukung pemantauan orang tua dalam kategori sangat baik pula. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah penggunaan *Wand's Time Table* terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan menyikat gigi anak dengan dukungan aktif dari orang tua.

Kata Kunci : Kebiasaan, Perubahan Perilaku, *Time Table*

EDUCATION OF STUDENTS' PARENTS TO FORM THE HABIT OF BRUSHING CHILDREN'S TEETH USING WAND'S TIME TABLE

Abstract
Children's dental health is often disrupted due to suboptimal maintenance behavior. The role of parents is very crucial in maintaining the dental health of school-age children, considering that they are the main role models. The basic activity in maintaining dental health is brushing teeth regularly, which requires continuous assistance and activities to form a habit. This community service program aimed to educate parents and students using the Wand's Time Table media to help establish toothbrushing habits in children in an enjoyable manner. The implementation was carried out over 21 days involving 20 students from SD Inpres BTN IKIP II and their parents, through three phases: preparation, implementation, and observation. The results showed that the majority of children improved their toothbrushing habits, with 72% categorized as having excellent behavior, supported by parental monitoring also rated as excellent. The conclusion of this program is that the use of Wand's Time Table *proved effective in developing children's toothbrushing habits with active parental involvement.*

Keywords: *Habit, Changes in Behavior, Time Table*

Pendahuluan

Kesehatan gigi dan mulut masih menjadi permasalahan serius di Indonesia. Data SKRT 2004 menunjukkan 90,05% anak usia 10 tahun mengalami karies gigi. Meskipun Riset Kesehatan Dasar 2018 mencatat 91,1% penduduk Indonesia berusia 10 tahun ke atas rutin menggosok gigi setiap hari, hanya 7,3% yang melakukannya

dengan benar yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur malam. RISKESDAS 2013 mengungkapkan dari 90,7% masyarakat yang menggosok gigi, hanya 12,6% yang melakukannya setelah sarapan dan 28,7% sebelum tidur (Rahman *et al.,* 2022).

Pembentukan perilaku hidup sehat, termasuk pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut, paling efektif dilakukan sejak usia dini terutama pada masa sekolah dasar. Periode ini merupakan waktu ideal untuk mengembangkan kemampuan motorik anak dalam menggosok gigi. Kebiasaan yang ditanamkan sejak dini akan membentuk pola perilaku positif di masa dewasa (Anggraini *et al.,* 2023).

Teori perubahan perilaku menyatakan bahwa dibutuhkan waktu 21 hari untuk membentuk kebiasaan baru (Dewi *et al.,* 2021). Proses ini terbagi dalam tiga tahap: 7 hari pertama sebagai tahap pengenalan, 7 hari kedua sebagai tahap pengulangan dan latihan, dan 7 hari terakhir sebagai tahap penguatan. Konsistensi sangat penting dalam proses ini - jika terjadi jeda satu hari saja, proses harus dimulai dari awal (Putra *et al.,* 2022). Permasalahan kesehatan gigi dan mulut di Sekolah Dasar Inpres BTN IKIP II, Karunrung adalah tingginya angka karies. Hal ini berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh penulis dengan melakukan pemeriksaan/ *secreening* dengan hasil rerata DMF-T 3,1 dan OHIS 2,9. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya Liasari, dkk (2022) yang berlokasi di SD Inpres BTN Ikip II menyatakan bahwa skor def-t=4,7 (Kriteria Buruk) dan Jumriani, dkk (2022) yang berlokasi di SD Inpres BTN Ikip II menyatakan bahwa skor OHIS=2,9 (Kriteria Sedang). Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis kepada siswa-siswai dari 20 orang telah menggosok gigi sebanyak 2 kali dalam sehari namun 17 diantaranya menggosok gigi pada saat mandi pagi dan mandi sore, 3 orang menggosok gigi pada mandi pagi, mandi sore, dan saat mau tidur. Hal ini menjelaskan bahwa masih kurangnya poengetahuan tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar serta perlunya dilakukan pembentukan kebiasaan dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Metode Pelaksanaan

Sasaran kegiatan sebanyak 20 siswa beserta orang tua. Pengabdian ini dibentuk melalui kegiatan rtutin yang dilaksanakan oleh siswa-sisi selama 21 hari di rumah dimulai dari 7 sampai 26 Oktober 2024 bersama orang tuanya dengan tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
   a. Persiapan lokasi yang menjadi sasaran pengabdian, Lokasi akegiatan ini di ruang kelasSD Inper BTN IKIP II
   b. Persuratan kepada pihak yang terkait ditujukan kepada kepala sekolah dan guru kelas
   c. Penyusunan materi dan design
2. Tahap Pelaksanaan
   a. Diberikan media *Wand's Time Table*
   b. Diberikan penjelasan penggunaan media *Wand's Time Table*
   c. Dilakukan observasi pengisian
   d. Pengumpulan media *Wand's Time Table*

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Pengaruh pemantauan orang tua dengan *wand's time table* terhadap tindakan anak dalam menggosok gigi

Time Table Orang Tua	Time Table Anak					Total
	Sangat Baik	Baik	Cukup	Tidak Baik	Sangat Tidak Baik	
	n	n	n	n	n	N
Sangat Baik	16	0	0	0	0	20
Baik	0	4	0	0	0	0
Cukup	0	0	0	0	0	0
Tidak Baik	0	0	0	0	0	0
Sangat Tidak Baik	0	0	0	0	0	0
Jumlah	16	4	0	0	0	20

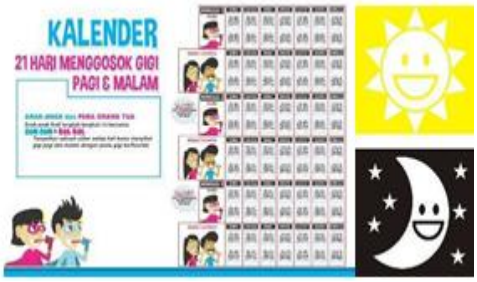
Berdasarkan table 1 diketahui bahwa sebagian besar siswa SDN II BTN Inpres Makassar memiliki kebiasaan menggosok gigi dalam kategori sangat baik dengan dukungan penilaian orang tua dalam kategori baik dengan tindakan anak dalam menggosok gigi sebesar 14 responden (72%).

Tabel 2. Pengaruh pemantauan orang tua dengan *wand's time table* terhadap kebiasaan anak dalam menggosok gigi

Time Table Orang Tua	Tindakan Anak		Total
	Baik	Buruk	
	n	n	n
Sangat Baik	14	6	14
Baik	6	0	6
Cukup	0	0	0
Tidak Baik	0	0	0
Sangat Tidak Baik	0	0	0
Jumlah	14	6	20

Berdasarkan table 2 diketahui bahwa sebagian besar siswa SDN II BTN Inpres Makassar memiliki kebiasaan menggosok gigi dalam kategori sangat baik dengan pemantauan orang tua dengan *time table* dalam kategori sangat baik sebesar 16 responden.

Gambar 1. Cover *wand's time table*



Gambar 2. Kalender Menggosok Gigi

Gambar 3. Pengarahan penggunakaan *wand's time table*

Studi tentang Model Pendampingan Orang Tua terhadap Kebiasaan Menggosok Gigi menggunakan *Wand's Time Table* menunjukkan hasil yang signifikan. Mayoritas orang tua, sebanyak 14 responden, menunjukkan kebiasaan menggosok gigi dalam kategori sangat baik, yang berkorelasi dengan 6 responden anak yang juga mencapai kategori sangat baik (Kusuma *et al.*,

2023). Hasil ini mengindikasikan adanya hubungan positif antara pemantauan orang tua dan kebiasaan menggosok gigi anak - semakin intensif pemantauan orang tua menggunakan metode *time table,* semakin baik pula kebiasaan menggosok gigi anak (Widyastuti & Rahman, 2022).

Pengabdian masyarakat mengidentifikasi beberapa faktor utama yang mempengaruhi kesehatan gigi anak, antara lain: minimnya perhatian orang tua terhadap kesehatan gigi anak, rendahnya frekuensi kunjungan ke dokter gigi (Permatasari *et al.,* 2021), serta kurangnya pembiasaan menggosok gigi pada malam hari sebelum tidur (Fauziah & Sari, 2024).

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan Wand's Time Table dapat meingkatkan kebiasaan menyikat gigi anak dengan dukungan aktif dari orang tua.

Disarankan untuk orang tua agar selalu mendampingi atau memberikan contoh pada anaknya dalam menyikat gigi dirumah.

Daftar Pustaka

Anggraini, R., Sutomo, B., & Widodo, A. (2023). *Efektivitas edukasi kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah*: Systematic review. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 18(1), 1-12.

Dewi, N. P. R. A., Adiatmika, I. P. G., & Adiputra, N. (2021). *Pembentukan kebiasaan menggosok gigi pada anak usia sekolah: Pendekatan theory of planned behavior.* Journal of Health Science and Prevention, 5(2), 74-83.

Fauziah, N., & Sari, D. K. (2024). *Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan menggosok gigi pada anak usia sekolah.* Journal of Pediatric Dental Health, 7(1), 23-35.

Handayani, S., & Putri, R. M. (2024). *Metodologi pengabdian masyarakat kesehatan: Pendekatan praktis untuk mahasiswa kesehatan.* Journal of Health Research Methodology, 5(1), 15-28.

Kusuma, A. R., Pratiwi, R., & Sutanto, H. (2023). *Efektivitas penggunaan Wand's time table dalam pembentukan kebiasaan menggosok gigi: Studi kasus pada anak sekolah dasar.* Indonesian Journal of Dental Education, 5(2), 89-102.

Nurhidayah, R., Sukmawati, S., & Ahmad, M. (2021). *Efektivitas penggunaan time table dalam meningkatkan kebiasaan menggosok gigi pada anak sekolah: Studi cross sectional.* Indonesian Journal of Dental Health, 3(2), 78-89.

Permatasari, R. D., Wijaya, S., & Hartono, A. (2021). *Peran orang tua dalam pembentukan perilaku kesehatan gigi anak: Systematic review.* Journal of Family Health, 4(3), 145-158.

Pratiwi, D. A., Wijaya, M., & Sutopo, H. (2022). *Implementasi desain cross sectional dalam pengabdian masyarakat kesehatan gigi dan mulut: Panduan praktis.* Journal of Dental Research Methods, 4(1), 45-56.

Putra, A. W., Rahmawati, D., & Sari, M. (2022). *Implementasi program 21 hari pembentukan kebiasaan menggosok gigi pada anak sekolah dasar.* Jurnal Kesehatan Gigi, 9(1), 27-35.

Rahman, F., Tamrin, M., & Kusuma, A. R. P. (2022). *Analisis perilaku kesehatan gigi dan mulut pada anak Indonesia*: Studi berbasis RISKESDAS 2018. Indonesian Journal of Dental Public Health, 3(1), 15-24.

Safitri, A., & Rahayu, W. (2023). *Penerapan one group pretest posttest design dalam evaluasi program kesehatan gigi anak sekolah*. Indonesian Journal of Health Research, 6(2), 112-125.

Widyastuti, E., & Rahman, F. (2022). *Hubungan pemantauan orang tua dengan kebiasaan menggosok gigi anak menggunakan metode time table.* Jurnal Kesehatan Gigi dan Mulut, 6(1), 67-79.