GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Volume 6, Nomor 1 Tahun 2026, pp. 25-31
eISSN : 2798-4826, DOI: 10.36082/gemakes.v6i1.2387
Open Access: https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/gemakes

PENGARUH KALENDER KESEHATAN GIGI (KAKESGI) TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEBIASAAN MENGGOSOK GIGI PADA ANAK USIA SEKOLAH

Irmanita Wiradona[1]✉, Prasko[2], Nindhita Enhar Satuti[3]

Corresponding author: (irmanita.wiradona@gmail.com)

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

Genesis Naskah: *11-06-2025, Revised: 05-02-2026, Accepted: 09-02-2026, Available Online: 18-02-2026*

Abstrak

Karies gigi pada anak masih menjadi permasalahan kesehatan gigi dan mulut dengan prevalensi yang tinggi di Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 melaporkan prevalensi karies gigi pada penduduk usia >3 tahun sebesar 43,6% dan pada kelompok usia 10–14 tahun sebesar 37,2%. Rendahnya kebiasaan menyikat gigi pada waktu yang tepat menjadi salah satu faktor penyebab. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, kebersihan gigi, dan kebiasaan menyikat gigi anak melalui media Kalender Kesehatan Gigi (KaKesGi) di Panti Asuhan Yayasan Bun-Marsus Indonesia, Semarang. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan gigi dan mulut, pemeriksaan indeks plak, praktik menyikat gigi bersama, serta pemantauan kebiasaan menyikat gigi menggunakan KaKesGi selama 14 hari. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kebersihan gigi yang ditandai dengan perbaikan skor indeks plak ke kriteria baik, peningkatan pengetahuan anak dari 44% menjadi 80%, serta peningkatan kepatuhan menyikat gigi sesuai waktu yang dianjurkan dari 72% pada hari ke-7 menjadi 88% pada hari ke-14. Disimpulkan bahwa media KaKesGi efektif sebagai sarana edukasi dan pemantauan mandiri dalam meningkatkan pengetahuan, kebersihan gigi, dan kebiasaan menyikat gigi anak serta berpotensi diterapkan secara luas sebagai media promosi kesehatan gigi berbasis komunitas.
Kata Kunci : Pengetahuan, Menggosok Gigi, KaKesGi

THE EFFECT OF THE DENTAL HEALTH CALENDAR (KAKESGI) ON KNOWLEDGE AND TOOTH-BRUSHING HABITS AMONG SCHOOL-AGED CHILDREN

Abstract

Dental caries in children remains a major oral health problem with a high prevalence in Indonesia. The Indonesian Health Survey (IHS) in 2023 reported a dental caries prevalence of 43.6% among individuals aged over 3 years and 37.2% among children aged 10–14 years. One contributing factor is poor adherence to tooth-brushing at recommended times. This community service program aimed to improve children's knowledge, oral hygiene, and tooth-brushing habits through the use of the Dental Health Calendar (KaKesGi) at the Bun-Marsus Indonesia Foundation Orphanage in Semarang. The program activities included oral health education, plaque index examination, supervised tooth-brushing practice, and monitoring of tooth-brushing habits using KaKesGi for 14 days. The results showed an improvement in oral hygiene, indicated by better plaque index scores, an increase in children's knowledge from 44% to 80%, and improved compliance with recommended tooth-brushing times from 72% on day 7 to 88% on day 14. In conclusion, KaKesGi is effective as an educational and self-monitoring tool for improving knowledge, oral hygiene, and tooth-brushing habits among children and has the potential to be applied as a community-based oral health promotion medium.
Keywords: knowledge; tooth brushing; dental health calendar; children

Pendahuluan

Masalah kesehatan gigi dan mulut terutama karies gigi pada anak memerlukan penanganan segera. Usia 10-12 tahun masih banyak ditemukan mengalami gigi berlubang, karena anak-anak tersebut masih kurang dalam menjaga kebersihan gigi melalui menggosok gigi. Masih banyak ditemukan anak-anak pada saat menggosok waktunya tidak tepat sedangkan anak anak yang menggosok gigi pada waktu yang benar hanya sebesar 1,3% (Kemenkes RI, 2018)

Menurut Survey Kesehatan Indonesi (SKI) tahun 2023 yaitu penduduk usia lebih dari 3 tahun mengalami karies gigi sebesar 43,6% sedangkan di wilayah Jawa Tengah mencapai 42,8%. Pada usia 10-14 tahun sebesar 37,2% mengalami gigi berlubang. Prevalensi perilaku menyikat gigi setiap hari pada usia lebih dari 3 tahun di Indonesia mencapai 72,5%, akan tetapi prevalensi waktu menyikat gigi dengan cara yang baik dan benar hanya pada kelompok usia 10-14 sebesar 5,3% (Kemenkes, 2023)

Upaya pemecahan permasalahan kesehatan usia anak-anak yaitu dengan pendidikan kesehatan (Wiradona et al., 2022). Menurut Suliha pendidikan kesehatan merupakan upaya terencana yang bertujuan merubah sudut pandang, sikap, dan perilaku suatu individu maupun kelompok ke arah pola hidup yang lebih sehat, melalui proses promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif (Nurmala et al., 2018). Salah satu bentuk pendidikan kesehatan gigi yaitu promotif. Tindakan promotif merupakan serangkaian kegiatan pelayanan kesehatan yang lebih mengutamakan tentang promosi kesehatan.

Materi promosi kesehatan akan lebih mudah dipahami apabila disampaikan melalui penggunaan media yang tepat. Media promosi kesehatan perlu dirancang secara menarik dan komunikatif agar mampu meningkatkan pengetahuan serta memengaruhi sikap dan perilaku sasaran. Menurut Notoatmodjo, media promosi kesehatan diklasifikasikan menjadi media cetak, media elektronik, dan media luar ruang yang berfungsi sebagai sarana penyampaian pesan dan informasi kesehatan, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. (Jatmika et al., 2019). Media promosi kesehatan yang dapat digunakan salah satunya media cetak. Media cetak yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi yaitu *flipchart, booklet, leaflet*, poster, *flyer,* slide, rubik, foto, dan kalender.

Penggunaan media edukasi visual pada anak usia sekolah efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan gigi karena membantu anak memahami informasi secara konkret dan menarik serta meningkatkan keterlibatan dalam proses pembelajaran (Al-Bataineh et al., 2020). Memodifikasi media sangat perlu untuk sasaran anak-anak, agar dapat merangsang pikiran, perhatian, dan minat anak. Salah satu diantaranya media kalender. Kalender ini mempunyai banyak jenis antara lain kalender dinding, kalender meja, kalender elektronik, kalender promosi, kalender saku, kalender dompet, dan kalender buku (catatan). Penggunaan media kalender dengan konsep penanggalan dan daily target (rutinitas dalam sehari-hari) sehingga

sasaran dapat berinteraksi langsung dengan media serta alat monitoring mandiri untuk pengingat dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut (Usmaran et al., 2019).

Kalender Kesehatan Gigi (KaKesGi), adalah kalender yang mengandung konsep penanggalan atau *daily routine* dengan target anak-anak dapat menjaga kesehatan gigi dan mulut setiap harinya. KaKesGI (Kalender Kesehatan Gigi) sebagai media untuk mengkontrol kebiasaan anak, sehingga anak memiliki kesadaran, komitmen, dan pemahaman yang tinggi untuk menerapkan kebaikan dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan KaKesGi juga dapat melatih kejujuran, rasa tanggung jawab, disiplin, mandiri, teliti, dan membangkitkan motivasi untuk berperilaku hidup bersih dan sehat.

Penelitian tentang penggunaan kalender sikat gigi dalam meningkatkan motivasi siswa terhadap perilaku menyikat gigi menunjukkan bahwa adanya peningkatan jumlah siswa yang menyikat gigi dengan kategori baik dari 36% sebelum perlakuan menjadi 87% setelah perlakuan (Pawarti & Abral, 2019). Peningkatan pengetahuan dan keterampilan menyikat gigi dengan menggunakan media poster dan kalender interaktif sehat merawat gigi memperoleh hasil bahwa terdapat peningkatan saat menggunakan media poster sebagai bahan materi dan kalender interaktif sehat sebagai monitor dalam melakukan sikat gigi pagi dan malam (Laela et al., 2022).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan menggosok gigi anak-anak Panti Asuhan Yayasan Bun-Marsus Indonesia Semarang melalui penggunaan media Kalender Kesehatan Gigi (KaKesGi).

Metode Pelaksanaan

Kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan pada 25 anak Panti Asuhan Yayasan Bun-Marsus Indonesia, Semarang. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan, kebersihan gigi, dan kebiasaan menggosok gigi anak.

Kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan gigi dan mulut melalui ceramah dan demonstrasi, pemeriksaan kebersihan gigi menggunakan indeks plak, praktik menggosok gigi bersama, serta pemantauan kebiasaan menggosok gigi menggunakan media Kalender Kesehatan Gigi (KaKesGi) selama 14 hari. Penilaian dilakukan melalui pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan, pemeriksaan indeks plak sebelum dan sesudah praktik menggosok gigi, serta evaluasi kebiasaan menggosok gigi pada hari ke-7 dan hari ke-14.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada bulan April–Mei 2025 di Panti Asuhan Yayasan Bun-Marsus Indonesia, Kota Semarang, dengan jumlah responden sebanyak 25 anak panti asuhan. Peningkatan pengetahuan pemeliharaan kesehatan gigi dilakukan melalui penyuluhan tentang cara menggosok gigi yang benar dengan metode ceramah dan demonstrasi. Pengukuran pengetahuan responden dilakukan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) penyuluhan.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Baik	11	44	20	80
Kurang	14	56	5	20
Total	25	100	25	100

Hasil pengukuran pengetahuan responden sebelum dan sesudah penyuluhan disajikan pada Tabel 1. Berdasarkan tabel tersebut, terlihat adanya peningkatan tingkat pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan mengenai cara menggosok gigi yang benar. Sebelum penyuluhan, responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 11 anak (44%), sedangkan setelah penyuluhan jumlah tersebut meningkat menjadi 20 anak (80%). Hasil ini menunjukkan adanya perubahan positif pada tingkat pengetahuan anak panti asuhan setelah intervensi edukasi kesehatan gigi. Penyuluhan menggosok gigi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan media phantom gigi sebagai alat bantu edukasi. Penggunaan media tersebut memungkinkan responden melakukan demonstrasi langsung gerakan menggosok gigi, sehingga memfasilitasi pemahaman yang lebih baik mengenai teknik menggosok gigi yang benar. Pendekatan ini digunakan untuk mendukung proses penerimaan informasi kesehatan gigi secara efektif. Menurut Nurmalasari *et al* (2021) bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media phantom gigi dapat mempengaruhi perilaku siswa dalam menggosok gigi (Suhartik, 2024)



Gambar 1.Kegiatan Menggosok Gigi

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Plak Indeks Sebelum dan Sesudah Menggosok gigi

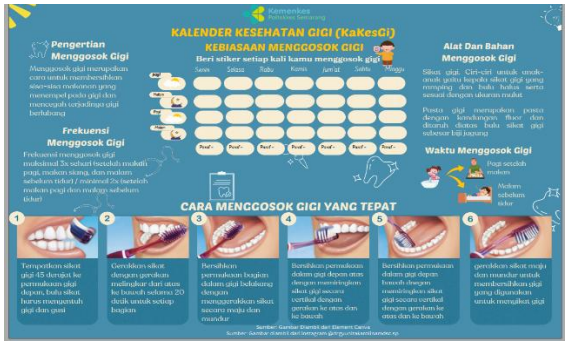
Plak Indeks	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Sangat Baik	0	0	11	44
Baik	2	8	11	44
Sedang	14	56	3	12
Buruk	9	36	0	0
Total	25	100	25	100

Hasil observasi pada kegiatan praktik menggosok gigi bersama menunjukkan bahwa responden mampu mengingat dan mempraktikkan teknik menggosok gigi yang benar. Hal ini ditunjukkan oleh adanya perbaikan kebersihan gigi berdasarkan skor indeks plak sebelum dan sesudah kegiatan. Sebelum praktik menggosok gigi, sebagian responden berada pada kriteria indeks plak sedang (48%) dan buruk (44%), sedangkan setelah praktik terjadi peningkatan jumlah responden dengan kriteria indeks plak baik menjadi 52%. Perubahan skor indeks plak tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan responden dalam melakukan teknik menggosok gigi yang benar.

Menurut Mardelita *et al*., (2023) bahwa penyampaian materi tentang menggosok gigi, penggunaan metode simulasi sangat disenangi murid dimana murid mengikut serta secara aktif meniru secara nyata yaitu langsung menggosok

gigi begitu juga metode demonstrasi yaitu menggunakan alat peraga phantom gigi yang menyerupai anatomi gigi sehingga mereka mudah menyerap informasi yang diberikan penyuluh. Ada peningkatan kemampuan menggosok gigi murid setelah diberikan penyuluhan menggosok gigi dilihat dari persentase secara keseluruhan kemampuan murid mengalami peningkatan secara drastis.

Penerapan kebiasaan menggosok gigi menggunakan media Kalender Kesehatan Gigi (KaKesGi) selama 14 hari dilakukan sebagai upaya pembentukan perilaku menggosok gigi secara berkelanjutan. Pemantauan kebiasaan ini didukung oleh peran pengasuh panti asuhan dalam membimbing responden untuk melakukan kebiasaan menggosok gigi pada pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur



Gambar 2 Kalender Kesehatan Gigi (KaKesGi)

Tabel 3. Kebiasaan Menggosok Gigi Anak Berdasarkan Pemantauan KaKesGi

Pagi dan malam	H7		H14	
	n	%	n	%
Melakukan	18	72	22	88
Tidak melakukan	7	28	3	12
Total	25	100	25	100

Berdasarkan Tabel 3, hasil pemantauan kebiasaan menggosok gigi menunjukkan bahwa pada hari ke-7 sebagian besar responden (72%) telah melakukan kebiasaan menggosok gigi sesuai waktu yang dianjurkan, yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Pada hari ke-14, persentase kepatuhan tersebut meningkat menjadi 88%. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kebiasaan menggosok gigi anak panti asuhan setelah intervensi menggunakan media Kalender Kesehatan Gigi (KaKesGi) selama 14 hari. Peningkatan kebiasaan menggosok gigi yang terpantau melalui KaKesGi menunjukkan bahwa media tersebut berperan sebagai alat bantu pemantauan dan pengingat yang efektif dalam membentuk perilaku menggosok gigi yang lebih terarah dan teratur. Menurut Maftuchan dan Hadi (2020) penggunaan media interaktif dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dalam pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut. Sejalan dengan Heriyanto, *et al.,* (2018) program edukasi kesehatan gigi sekolah melalui film dan penggunaan kalender interaktif dapat meningkatkan status kebersihan gigi dan mulut pada anak-anak sekolah dasar.

Kemampuan menggosok gigi merupakan keterampilan yang perlu diajarkan dan ditekankan pada anak-anak diberbagai usia, terutama anak sekolah, karena anak dalam fase mudah menerima dan menanamkan nilai-nilai dasar (Nagashima et al., 2018).

Anak sekolah memerlukan pembelajaran yang tepat guna meningkatkan keterampilan menggosok gigi. Pendidikan kesehatan berperan penting dalam menunjang kesehatan, terutama pada anak-anak tingkat kebersihan gigi rendah dan keterampilan mengosok gigi kurang, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang mendukung

kesehatan dan norma yang sesuai kesehatan (Kumari *et al*., 2021).

Kesimpulan dan Saran

Intervensi edukasi kesehatan gigi melalui media Kalender Kesehatan Gigi (KaKesGi) berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan, kebersihan gigi, dan kebiasaan menggosok gigi anak panti asuhan pada waktu yang dianjurkan. Media KaKesGi berfungsi sebagai sarana edukasi sekaligus pemantauan mandiri yang mendukung pembentukan kebiasaan menggosok gigi secara teratur. Penggunaan media ini dapat dipertimbangkan sebagai alternatif dalam kegiatan promosi kesehatan gigi berbasis komunitas dengan dukungan dan keterlibatan aktif pengasuh atau orang tua dalam memantau dan membimbing perilaku kesehatan gigi anak**.**

Daftar Pustaka

Al-Bataineh, A., Al-Rabab'ah, M., Al-Omari, Q., & Al-Khatib, A. (2020). Effectiveness of oral health education using audiovisual aids among school children. BMC Oral Health, 20, 1–8. https://doi.org/10.1186/s12903-020-01086-5

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*

Heriyanto, Yonan., Laela, Dewi Sodja., dan Mulyanti, Sri. (2018). *Relationship Between School Dental Health Education Program Through Video and Interactive Calendar Against Changes in Tooth Brushing Behavior in Elementary School-aged Children at SDN ArcamanikEndah and SDN Mekarjaya in Bandung City and Their Families*. *International Conference on Interprofessional Health Collaboration and Community Empowerment*

Jatmika, Septian Emma Dwi., Maulana, Muchsin., Kuntoro, dan Martini, Santi. (2019). *Pengembangan Media Promosi Kesehatan* (E. Khuzaimah, Ed.). K-Media Yogyakarta.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.

Kumari, Aarti., Marya, Charumohan., Oberoi, Sukhvinder Singh., Nagpal, Ruchi., Bidyasagar, , Sourav Chandra, dan Taneja, Pratibha. (2021). *Oral Hygiene Status And Gingival Status Of The 12-To 15-Year-Old Orphanage Children Residing In Delhi State: A Cross-Sectional Study*. *International Journal Of Clinical Pediatric Dentistry*, *14*(4), 482–487. Https://Doi.Org/10.5005/Jp-Journals-10005-1989

Laela, Dewi Sodja., Heriyanto, Yonan., dan Mulyanti, Sri. (2022). Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Menyikat Gigi Dengan Menggunakan Media Poster Dan Kalender Interaktif Sehat Merawat Gigi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *Vol 5 No 10*. Https://Doi.Org/10.31604/Jpm.V5i10.3683-3694

Maftuchan, Muri., dan Hadi, Ella. (2020*). Kiddie Doctors Education Strategy In Improving The Knowledge, Attitude, And Oral Hygiene Status Of Elementary School Children*. *Journal Of International Society Of Preventive And Community Dentistry*, *10*(5), 549–554. Https://Doi.Org/10.4103/Jispcd.Jispcd_116_20

Mardelita, Sisca., Keumala, Cut Ratna., dan Aprillia, Ayu. (2023). Pengaruh Metode Simulasi Dan Demonstrasi Terhadap Kemampuan Menyikat Gigi Pada Siswa Sdn Gue Gajah Aceh Besar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, *8*(1), 1–8. Https://Doi.Org/10.51544/Jkmlh.V8i1.3490

Nagashima, Yukiko., Shigeishi, Hideo., Fukada, Eri., Amano, Hideaki., Urade, Masahiro., dan Sugiyama, Masaru. (2018). *Self-Check With Plaque Disclosing Solution Improves Oral Hygiene In Schoolchildren Living In A*

Children's Home. *Archives Of Public Health*, *76*(1). Https://Doi.Org/10.1186/S13690-018-0296-Y

Nurmala, Ira., Rahman, Fauzie., Nugroho, Adi., Erlyani, Neka., Laily, Nur., dan Anhar, Vina Yulia. (2018). *Promosi Kesehatan* (Cetakan Pertama). Airlangga University Press.

Nurmalasari, A., Hidayati, S., & Prasetyowati, S. (2021). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Phantom Gigi Terhadap Perilaku Siswa Tentang Cara Menggosok Gigi. Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi (JIKG), 3(2), 416–424. https://doi.org/10.37160/jikg.v2i3.763

Pawarti, dan Abral. (2019). Penggunaan Kalender Sikat Gigi Dalam Meningkatkan Motivasi Siswa Terhadap Perilaku Menyikat Gigi. *Jurnal Vokasi Kesehatan*.

Rahma, Fatikh Inayahtur (2019). Media Pembelajaran (Kajian Terhadap Langkah-Langkah Pemilihan Media Dan Implementasinya Dalam Pembelajaran Bagi Anak Sekolah Dasar). *Jurnal Studi Islam*, Vol 14 (2).

Suhartik. (2024). Penyuluhan Tentang Kesehatan Gigi Pada Anak Paud At-Taqwa Mojokampung Kecamatan Bojonegoro Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Abdi Masyarakat*. Https://Jurnal.Forindpress.Com/Index.Php/Jamas

Usmaran, Mita Andriani., Mulyo, Gurid Pramintarto Eko., Hastuti, Widi., Hapsari, Agustina Indri., dan Kaffah, Zidnie Silmi. (2019). Media Kalender Dan Leaflet Dalam Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Makan Remaja Overweight. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, *Vol 11 No 1*.

Wiradona, Irmanita., Setyowati, Fitri Ihsan., dan Utami, Wahyu Jati Dyah. (2022). *The Effectiveness Of Counselling Using Animated Video On The Behaviour Regarding Dental Caries Among Elementary School Students*. *Jurnal Kesehatan Gigi*, *9*, 47–52 Http://Ejournal.Poltekkes-Smg.Ac.Id/Ojs/Index.Php/Jkg/Index