



LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Yuli Jelita
 NIP : P20625023076
 Program Studi : Diploma Tiga Kesehatan Gigi
 Judul Karya Tulis Ilmiah : Pengaruh Penyuluhan dengan Media *Pop Up book*
 Digital Terhadap Pengetahuan Pemeliharaan Kesehatan
 Gigi dan Mulut Siswa Kelas V di MI Manarul Huda
 Kota Tasikmalaya.
 Nama Pembimbing : Dr. Hj. Nia Daniati, S.Si.T, M.Kes.

No	Tanggal	Kegiatan	Saran pembimbing	Paraf
1	12 Januari 2026	Pengajuan Judul	Cari permasalahan judul yang baru	
2	13 Januari 2026	Pengajuan Judul dan Acc Judul	Lanjut Pengerjaan Bab I	
3	20 Januari 2026	Pengajuan Bab I	Lanjut pengerjaan Bab II-III	
4	26 Januari 2026	Pengajuan Bab I-III	Revisi	
5	30 Januari 2026	Konsultasi Bab I-III	Revisi tambahkan gambar di Bab II	
6	2 Februari 2026	Konsultasi Kuesioner pengetahuan	Acc kuesioner	
7	9 Februari 2026	Penyusunan daftar pustaka	Revisi daftar pustaka	
8	13 Februari 2026	Perbaikan hasil revisi Bab I, II, III dan daftar pustaka	Acc bab I, dan revisi bab II dan III	
9	18 Februari 2026	Melengkapi hasil revisi	Acc hasil revisi	
10	20 Februari 2026	Perbaikan kerangka konsep	Acc kerangka konsep, Revisi kerangka teori	
11	23 Februari 2026	Perbaikan hasil revisi bab I-III	Acc Bab I-III dan persiapan seminar	
12	26 Februari 2026	Pengajuan ppt	Acc ppt	
13	13 April 2026	Diskusi bab IV dan V	Revisi dan lengkapi	
14	20 April 2026	Perbaikan hasil revisi Bab IV	Acc Bab V, revisi dan lengkapi Bab IV	
15	27 April 2026	Perbaikan hasil revisi Bab IV	Acc Bab IV	
16	4 Mei 2026	Konsultasi Ppt	Revisi ppt	
17	12 Mei 2026	Perbaikan Ppt	Acc ppt	

Ketua Program Studi
 Kesehatan Gigi Program Diploma Tiga



Rena Setiana Primawati, S.ST., M.K.M
NIP. 198010112010122001

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

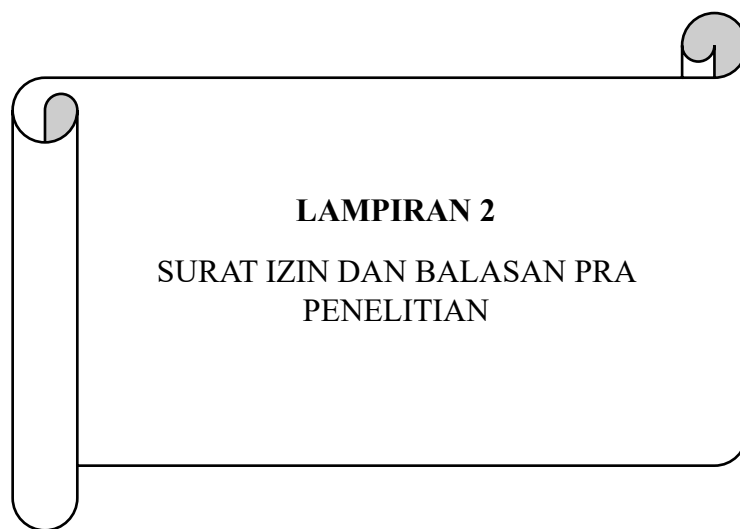
Nama Mahasiswa : Yuli Jelita
 NIP : P20625023076
 Program Studi : Diploma Tiga Kesehatan Gigi
 Judul Karya Tulis Ilmiah : Pengaruh Penyuluhan dengan Media *Pop Up book*
 Digital Terhadap Pengetahuan Pemeliharaan Kesehatan
 Gigi dan Mulut Siswa Kelas V di MI Manarul Huda
 Kota Tasikmalaya.
 Nama Pembimbing : Mita Tiana S.Tr. Kes. MTR.TGM.

No	Tanggal	Kegiatan	Saran pembimbing	Paraf
1	14 Januari 2026	Pengajuan Judul	Acc Judul	
2	22 Januari 2026	pengajuan Bab I-III	Revisi dan tambahkan halaman	
3	27 Januari 2026	perbaikan Bab I-III	Revisi dan lengkapi daftar pustaka	
4	29 Januari 2026	perbaikan Bab I-III yang telah di revisi	Tambahkan gambar pada Bab II	
5	6 Februari 2026	Perbaikan Bab II	Acc bab II	
6	12 Februari 2026	Perbaikan hasil revisi Bab III	Perbaiki tabel serta lengkapi no halaman	
7	19 Februari 2026	Konsultasi Bab I-III	Acc Bab I-III	
8	25 Februari 2026	Pengajuan ppt	Revisi ppt	
9	27 Februari	Perbaikan ppt	Acc ppt	
10	15 April 2026	Diskusi Bab IV dan V	Perbaiki tata tulis yang tidak sesuai	
11	22 April 2026	Perbaikan Bab IV dan V	Revisi dan rapihkan daftar pustaka	
12	30 April 2026	Perbaikan Bab IV dan V	Lengkapi lampiran dan rapihkan	
13	8 Mei 2026	Perbaikan hasil revisi	Acc lampiran	
14	13 Mei 2026	Pengajuan ppt	Acc ppt	

Ketua Program Studi
 Kesehatan Gigi Program Diploma Tiga



Rena Setiana Primawati, S.ST., M.K.M
 NIP. 198010112010122001



LAMPIRAN 2
SURAT IZIN DAN BALASAN PRA
PENELITIAN



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Jalan Babakan Siliwangi No.35, Kahuripan, Tawang
Tasikmalaya, Jawa Barat 46115
(0265) 340186
<https://poltekkestasikmalaya.ac.id>

Tasikmalaya, 10 Desember 2025

Nomor : PP.06.02/F.XXVI.15/288/2025

Hal : Permohonan Ijin Pra Penelitian

Kepada Yth:

Kepala Sekolah MI Manarul Huda Ciburuyan

Kota Tasikmalaya

di-

Tempat

Disampaikan dengan hormat, bahwa untuk memenuhi kebutuhan mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun Akademik 2025/2026, dalam hal ini memohon ijin untuk melaksanakan pra penelitian pada siswa kelas V sekolah dasar di MI Manarul Huda Ciburuyan Kota Tasikmalaya.

di tempat yang Bapak/Ibu pimpin, kegiatan ini dilakukan untuk keperluan penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Adapun nama mahasiswa tersebut sebagai berikut :

Nama : Yuli Jelita

NIM : P20625023067

Semester : V

Judul : Pengaruh Media Pop Up Book Digital terhadap Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Siswa Kelas V MI Manarul Huda Ciburuyan Kota Tasikmalaya.

Atas perhatian dan kerjasamanya, kami mengucapkan terimakasih.

Ketua Jurusan Kesehatan Gigi



Drg. Sulia Rahayu, MDSc
NIP. 196707112002122001



**YAYASAN MANARUL HUDA
MADRASAH IBTIDAIYAH MANARUL HUDA
KECAMATAN TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA**

Ciburuyan Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya

**Surat Keterangan
Nomor : MIS.10.23/114/XII/2025**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **Dra. DEDEH ROSIDAH**
NIP : 1966021320000320002
Pangkat/ Golongan : Pembina Tk. I / IV b
Jabatan : Kepala MI Manarul Huda

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : **YULI JELITA**
NIM : P206250223067
Prodi : Kesehatan Gigi
Fakultas : Poltekkes Tasikmalaya

Benar-benar telah melaksanakan kegiatan Pra Penelittian di Madrasah Ibtidaiyah
Manarul Huda di lksanakan Pada Tanggal 12 Desember 2025

Demikian Surat keterangan ini saya buat dengan sesungguhnya, untuk dapat
dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ciburuyan, 11 Desember 2025
Kepala MI Manarul Huda
NSM : 111232750044
MI MANARUL HUDA
CIBURUYAN
TAMANSARI
KOTA TASIKMALAYA
Dra. DEDEH ROSIDAH
NIP: 196602132000032002



LAMPIRAN 3
SURAT LAYAK ETIK KEPK

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.DP.04.03/F.XVIII.1.3.1/641/2026

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Yuli jelita
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltek Kemenkes Tasikmalaya
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA POP UP BOOK DIGITAL TERHADAP PENGETAHUAN
PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT SISWA KELAS V DI MI MANARUL HUDA KOTA
TASIKMALAYA"**

***"THE EFFECT OF COUNSELING WITH DIGITAL POP UP BOOK MEDIA ON THE KNOWLEDGE OF DENTAL AND
ORAL HEALTH MAINTENANCE OF GRADE V STUDENTS AT MI MANARUL HUDA, TASIKMALAYA CITY"***

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

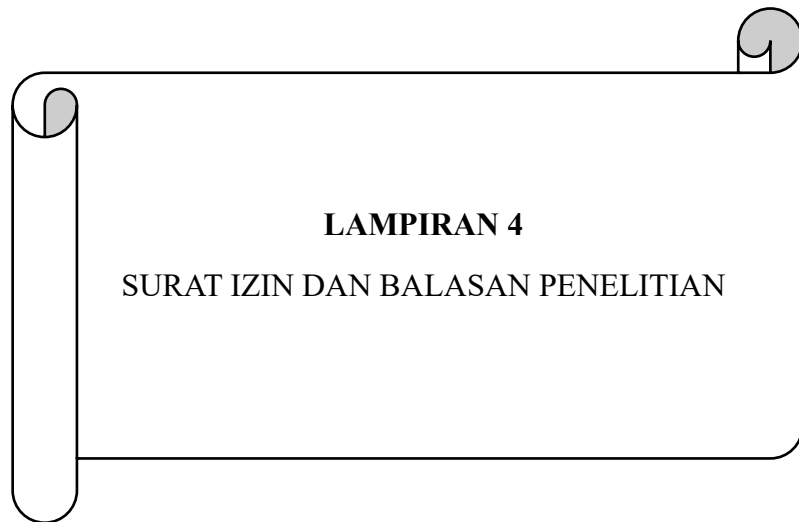
Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 29 Mei 2026 sampai dengan tanggal 29 Mei 2027.

This declaration of ethics applies during the period May 29, 2026 until May 29, 2027. May 29, 2026

Chairperson,



Dr. Imat Rochimat SKM., MM



LAMPIRAN 4

SURAT IZIN DAN BALASAN PENELITIAN



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Jalan Babakan Siliwangi No.35, Kahuripan, Tawang
Tasikmalaya, Jawa Barat 46115
(0265) 340186
<https://poltekkestasikmalaya.ac.id>

Tasikmalaya, 6 Maret 2026

Nomor : PP.06.02/F.XXVI.15/301/2026

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth:

Kepala Sekolah MI Manarul Huda

Kota Tasikmalaya

di-

Tempat

Disampaikan dengan hormat, bahwa untuk memenuhi kebutuhan mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun Akademik 2025/2026, dalam hal ini memohon ijin untuk melaksanakan penelitian pada siswa kelas V di MI Manarul Huda Kota Tasikmalaya tempat yang Bapak/Ibu pimpin, kegiatan ini dilakukan untuk keperluan penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Adapun nama mahasiswa tersebut sebagai berikut :

Nama : Yuli Jelita

NIM : P20625023076

Semester : VI

Judul : Pengaruh Penyuluhan dengan Media Pop Up Book Digital terhadap Pengetahuan Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Siswa Kelas V di MI Manarul Huda kota Tasikmalaya.

Atas perhatian dan kerjasamanya, kami mengucapkan terimakasih.

Ketua Jurusan Kesehatan Gigi



Dr. Cilia Rahayu, MDSc
NIP.196707112002122001



**YAYASAN MANARUL HUDA
MADRASAH IBTIDAIYAH MANARUL HUDA
KECAMATAN TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA**

Ciburuyan Kelurahan Mulyasari Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya

Surat Keterangan

Nomor : MIS.10.23/120/III/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **NIHAYATUL FU'ADAH, S.PdI**

NIP : -

Jabatan : Kepala MI Manarul Huda

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : **YULI JELITA**

NIM : P206250223067

Prodi : Kesehatan Gigi

Fakultas : Poltekkes Tasikmalaya

Benar-benar telah melaksanakan kegiatan Penelitian di Madrasah Ibtidaiyah Manarul Huda di laksanakan Pada Tanggal 6 Maret 2026 s/d selesai.

Demikian Surat keterangan ini saya buat dengan sesungguhnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ciburuyan, 6 Maret 2026
Kepala MI Manarul Huda

NIHAYATUL FU'ADAH, S.PdI
NIP. -





LEMBAR PERSETUJUAN PENELITIAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Orang Tua/Wali Siswa :

Usia :

Alamat :

Menyatakan dengan sebenarnya telah mengizinkan siswa/siswi menjadi responden penelitian oleh Yuli Jelita P20625023076 sebagai Mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang berjudul **Pengaruh Penyuluhan dengan Media *Pop up Book* Digital terhadap Pengetahuan Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Siswa Kelas V di MI Manarul Huda Kota Tasikmalaya**. Demikian persetujuan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan.

Tasikmalaya, Maret 2026

Yang Membuat Pernyataan

(.....)

LAMPIRAN 6
SATUAN PELAJARAN



**SATUAN PELAJARAN
PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT**

Sasaran Anak Sekolah Dasar Setingkat MI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Prodi Studi Kesehatan Gigi Program Diploma Tiga

Oleh:
Yuli Jelita
P20625023076

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KESEHATAN GIGI
TASIKMALAYA
2026**

SATUAN PELAJARAN

Bidang Studi	: Promosi Kesehatan Gigi
Sub Bidang Studi	: Preventif Dentistry
Pokok Bahasan	: Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut
Sub Pokok Bahasan	: 1. Menyikat gigi 2. Pola Makan 3. Kunjungi ke dokter gigi 4. Teknik Menyikat gigi
Sasaran	: Siswa sekolah dasar setingkat MI
Tempat	: Ruang Kelas 5
Waktu	: 20 Menit

1. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Setelah mendapatkan penyuluhan selama 20 menit tentang Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut, diharapkan adik adik dapat memahami cara pemeliharaan Kesehatan gigi dan mulut.

II. Tujuan Intruksional Khusus (TIK)

- TIK I** : Setelah mendapatkan penyuluhan selama 3 menit tentang menyikat gigi diharapkan adik adik dapat menjelaskan hal yang berkaitan dengan menyikat gigi dengan baik dan benar.
- TIK II** : Setelah mendapatkan penyuluhan selama 3 menit tentang pola makan yang baik untuk gigi, diharapkan adik adik mampu memahami jenis makanan yang baik dan tidak baik bagi kesehatan gigi dan mulut.
- TIK III** : Setelah mendapatkan penyuluhan selama 3 menit tentang kunjungan ke dokter gigi, diharapkan adik adik mengetahui waktu yang tepat untuk berkunjung ke dokter gigi dan melakukan pemeriksaan gigi secara rutin.
- TIK IV** : Setelah mendapatkan penyuluhan selama 3 menit tentang teknik menyikat gigi, diharapkan adik adik dapat menyebutkan kembali teknik menyikat gigi dengan baik dan benar.

III. Materi

TIK 1 : Pengertian menyikat gigi

Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam menyikat gigi menurut (Setyaningsih, 2019).

a. Pengertian Menyikat Gigi

Menyikat gigi perlu di lakukan setiap hari agar gigi tetap bersih dan tidak berbau. Aktivitas menyikat gigi ialah membersihkan seluruh permukaan gigi dari sisa makanan dengan menggunakan bantuan sikat gigi serta pasta gigi.

b. Waktu Menyikat Gigi

Dianjurkan menyikat gigi sesudah sarapan pagi supaya kebersihan gigi dan mulut tetap terjaga dengan baik serta malam sebelum tidur dan lamanya menyikat gigi minimal 2 Menit.

c. Sikat Gigi

Hal-hal yang harus diperhatikan:

- 1). Pilihlah bulu sikat yang tidak sakit di gusi yaitu bulu sikat yang tidak terlalu keras dan tidak terlalu lunak
- 2). Ganti sikat bila bulu sikat sudah memekar
- 3). Jangan tukar-tukaran sikat gigi atau memakai sikat gigi bersama-sama, karena dapat terjadi persilangan kuman
- 4). Memilih sikat gigi harus sesuai dengan besar kecilnya mulut, hal ini bertujuan agar semua permukaan gigi dapat terjangkau oleh sikat, baik gigi depan, gigi samping, maupun gigi belakang.

d. Pemilihan Pasta Gigi

Pasta gigi yang baik digunakan adalah pasta gigi yang mengandung fluoride. Fluoride adalah zat yang memiliki kandungan untuk menguatkan gigi. Adapaun Jumlah pasta gigi selapis tipis (*smear sized*) untuk anak < 2tahun dan seukuran

kacang polong (*pea sized*) untuk anak > 2 tahun (Rusmiati et al., 2023).

TIK II : Pola Makan

Pola konsumsi makanan berperan penting dalam menentukan kesehatan gigi, beberapa jenis makanan yang dapat mendukung kesehatan gigi antara lain sebagai berikut:

a. Sayuran dan buah-buahan yang mengandung vitamin C

Buah-buahan dan sayuran memiliki manfaat besar bagi kesehatan gigi dan mulut karena kaya akan vitamin serta serat. Kandungan vitamin C pada buah seperti jeruk, anggur, dan nanas berperan penting dalam menjaga gigi dan gusi.

b. Sayuran dan bahan pangan yang mengandung kalsium dan fosfor

Beberapa bahan makanan seperti mentega, susu, keju, serta berbagai jenis sayuran mengandung kalsium dan fosfor yang dibutuhkan tubuh. Kekurangan dua mineral tersebut dapat menyebabkan gangguan pada pertumbuhan tulang dan gigi.

Di sisi lain terdapat jenis makanan dan minuman tertentu yang justru dapat berdampak negatif terhadap kesehatan gigi diantaranya (Pratitis, 2021).

a. Permen kenyal dan lengket, seperti coklat caramel dan gula, dapat merusak gigi karena mudah melekat pada permukaan gigi dalam waktu lama sehingga meningkatkan resiko terbentuknya asam oleh bakteri

b. Permen keras, akan larut secara perlahan didalam mulut, menyebabkan paparan gula berlangsung lebih lama. Kondisi ini memberi kesempatan lebih besar bagi bakteri untuk memproduksi asam yang dapat merusak enamel gigi.

- c. Cuka mengandung asam yang dapat bersentuhan langsung dengan permukaan gigi dan berpotensi merusak enamel jika dikonsumsi berlebihan.
- d. Minuman bersoda, sebaiknya dihindari karena mengandung gula dalam jumlah tinggi serta asam dari proses karbonasi, kedua komponen ini dapat mengikis enamel gigi, bahkan minuman rendah gula (diet soda) tetap mengandung asam sitrat dan fosfat yang dapat merusak enamel bila dikonsumsi berlebihan
- e. Minuman olahraga dan minuman energi memiliki efek yang serupa dengan minuman bersoda karena kandungan gula dan tingkat keasamannya yang tinggi dapat meningkatkan resiko erosi enamel.
- f. Kopi dan teh dapat menyebabkan perubahan warna pada gigi, untuk mengurangi dampaknya, dianjurkan menggunakan sedotan dan berkumur dengan air mineral setelahnya.

TIK III : Kunjungi ke dokter Gigi

Kunjungi ke dokter gigi/puskesmas minimal 6 bulan sekali secara rutin dilakukan guna mencegah penyakit lebih dan mengurangi biaya pengobatan, serta pemeriksaan ini sangat dianjurkan pada anak usia sekolah, karena pada anak usia sekolah sedang mengalami pergantian dari gigi susu menjadi gigi permanen (Retnowati et al., 2022)

TIK IV : Teknik Menyikat Gigi

Langkah-langkah menyikat gigi dalam buku Setyaningsih (2025) sebagai berikut.

Langkah yang pertama, pastikan sikat gigi menyentuh batas gusi dan gigi, sikat bagian yang menghadap ke pipi dan bibir dengan gerakan maju mundur dan memutar.

Langkah yang kedua sikat bagian yang menghadap ke lidah dengan gerakan mencongkel.

Langkah ketiga sikat bagian yang menghadap ke langit-langit dengan gerakan mencongkel.

Langkah keempat sikat bagian yang dipakai untuk mengunyah dengan gerakan maju mundur.

IV. Metode

1. Ceramah
2. Tanya jawab

V. Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan		Metode	Alat Peraga	Waktu
	Penyuluh	Sasaran			
1.	Pembukaan				2 menit
	Mengucapkan salam	Menjawab salam			
	Memperkenalkan diri	Menyimak			
	Menyampaikan maksud dan tujuan	Menyimak			
	Apersepsi:”Apakah adik adik disini sudah tahu cara pemeliharaan kesehatan gigi yang baik dan benar? Jika belum, adik adik disini boleh menyimak dengan baik ya.	Menyimak, Menjawab Pertanyaan			
2.	Penyampaian Materi				
	TIK I : Pengertian menyikat gigi	Menyimak dan melihat	Ceramah	Pop up book digital	3 Menit
	TIK II : Pola makan	Menyimak dan melihat	Ceramah	Pop up book digital	3 Menit
	TIK III: Kunjungi Ke dokter gigi	Menyimak dan melihat	Ceramah	Pop up book digital	3 Menit
	TIK IV : Teknik Menyikat gigi	Menyimak dan melihat	Ceramah	Pop up book digital	3 Menit
3.	Memeberi kesempatan kepada sasaran untuk bertanya	Menyimak, Bertanya	Ceramah Tanya Jawab	Pop up book digital	2 Menit
4	Mengadakan evaluasi	Menjawab, pertanyaan	Tanya Jawab		2 Menit
5.	Menyimpulkan materi	Menyimak	Ceramah Tanya Jawab		2 Menit
	Menyampaikan ucapan terima kasih	Mendengarkan			
	Memberikan salam	Menjawab salam			
Total					20 Menit

VI. Alat Peraga

1. *Pop Up Book* Digital

VII. Daftar Pustaka

- Pratitis, A. (2021). *Sayangi Gigi Yang Harus Anda Ketahui Tentang Kesehatan Gigi dan Mulut*. PT. Gramedia Pustaka Utara Jakarta.
- Retnowati, D., Riolina, A., Wati, D. K., *et al.* (2022). Dampak Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Kunjungan ke Dokter Gigi Anak Usia 6-12 Tahun. *JIKG (Jurnal Ilmu Kedokteran Gigi)*, Vol. 5 No., 3.
- Rusmiati, A. D., & Sukarsih. (2023). *Pengantar Kesehatan Gigi dan Mulut*. PUSTAKA AKSARA.
- Setyaningsih, D. (2019). *Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut*. Loka Aksara.

VIII. Evaluasi

- Bentuk : Pertanyaan Langsung
- Jenis : Lisan
- Pertanyaan :
 1. Sebutkan apa saja hal yang berhubungan dengan menyikat gigi!
 2. Sebutkan makanan yang menyehatkan gigi dan makanan yang tidak baik untuk gigi!
 3. Sebutkan waktu yang tepat untuk mengunjungi dokter gigi!
 4. Sebutkan tahapan cara menyikat gigi!
- Jawaban :
 1. Hal yang berhubungan dengan menyikat gigi
 - a. Menyikat gigi merupakan cara umum dilakukan untuk membersihkan deposit lunak pada permukaan gigi.
 - b. Waktu menyikat gigi, dianjurkan setelah makan pagi dan malam sebelum tidur.
 - c. Pemilihan sikat gigi, pilih bulu sikat yang lembut, ganti sikat apabila sudah memekar, memakai sikat gigi

jangan bersamaan dan memilih sikat gigi harus disesuaikan dengan besar kecilnya rongga mulut.

- d. Pasta gigi yang baik adalah pasta gigi yang mengandung flour, pemakaian pasta gigi selapis tipis untuk anak di bawah 2 tahun dan untuk anak lebih dari 2 tahun sebesar biji kacang polong.

- 2. Makanan yang menyehatkan gigi adalah makanan seperti buah dan sayur yang mengandung vitamin C, seperti jeruk, anggur, dan nanas. Selain itu makanan yang mengandung kalsium dan fosfor seperti susu, keju dan mentega.

Makanan dan minuman yang tidak baik terhadap kesehatan gigi seperti permen kenyal dan lengket, coklat, caramel, gula, permen keras, cuka, minuman bersoda, minuman olahraga, kopi dan teh.

- 3. Waktu yang tepat untuk mengunjungi dokter gigi/puskesmas adalah 6 bulan sekali secara rutin dilakukan guna mencegah penyakit berlebih dan mengurangi biaya pengobatan.

- 4. Langkah pertama, pastikan sikat gigi menyentuh batas gusi dan gigi, sikat bagian yang menghadap ke pipi dan bibir dengan gerakan maju mundur dan memutar

Langkah kedua, sikat bagian yang menghadap kelidah dengan gerakan mencongkel.

Langkah ketiga, sikat bagian yang menghadap ke langit-langit dengan gerakan mencongkel.

Langkah keempat, sikat bagian yang dipakai untuk mengunyah dengan gerakan maju mundur.

IX. Pengembangan Materi

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Halo adik-adik, perkenalkan nama kakak Yuli Jelita, kakak adalah Mahasiswa Poltekkes Tasikmalaya, Jurusan Kesehatan Gigi. Hari ini kakak datang untuk memberikan penyuluhan tentang cara pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut, supaya adik-adik tahu bagaimana cara menjaga kesehatan gigi dengan baik dan benar, sehingga gigi tetap bersih, sehat, kuat, dan tidak sakit.

Sebelum kita mulai, kakak mau bertanya dulu nih “Apakah adik-adik di sini sudah tahu bagaimana cara pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut yang baik dan benar?” Ada yang sudah tahu? Boleh angkat tangan ya, nanti kita bahas bersama-sama supaya adik-adik bisa menjaga kesehatan gigi dengan lebih baik. Sekarang kita akan masuk ke materi yang pertama yaitu hal yang berhubungan dengan menyikat gigi. Yuk kita simak bersama agar adik-adik bisa mempraktikannya.

Menyikat gigi adalah kegiatan membersihkan seluruh permukaan gigi dari sisa makanan menggunakan sikat gigi dan pasta gigi. adik-adik juga dianjurkan menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam dengan lama menyikat gigi minimal dua menit agar semua bagian gigi benar-benar bersih.

Supaya kegiatan menyikat gigi menjadi lebih efektif, adik-adik perlu memperhatikan sikat gigi yang digunakan. Pilihlah sikat gigi yang bulunya tidak terlalu keras agar tidak melukai gusi, tetapi juga tidak terlalu lembut agar tetap bisa membersihkan gigi dengan baik. Jika bulu sikat sudah mekar atau rusak, sikat gigi harus segera diganti. Selain itu, jangan saling bertukar sikat gigi atau menggunakan sikat gigi bersama-sama karena dapat menularkan kuman. Ukuran sikat gigi juga perlu disesuaikan dengan mulut agar semua bagian gigi tersikat, baik depan, samping, maupun belakang. Tidak kalah penting, pasta gigi yang digunakan sebaiknya mengandung fluoride karena zat fluoride akan membantu menguatkan gigi dan mencegah gigi berlubang, dengan jumlah pasta gigi disesuaikan dengan usia, yaitu selapis tipis untuk anak usia di bawah dua tahun dan sebesar biji kacang polong untuk anak usia lebih dari dua tahun.

Setelah memahami hal yang berhubungan dengan menyikat gigi, adik-adik juga perlu menjaga pola makan karena makanan yang kita konsumsi sangat

berpengaruh terhadap kesehatan gigi. Mengonsumsi buah dan sayuran yang kaya vitamin, terutama vitamin C seperti jeruk, anggur, dan nanas, sangat baik untuk menjaga kesehatan gusi dan gigi. Begitu pula makanan yang mengandung kalsium dan fosfor seperti susu, keju, mentega, dan beberapa jenis sayuran, karena membantu pertumbuhan gigi dan tulang agar tetap kuat. Namun, adik-adik juga harus berhati-hati karena ada makanan yang dapat merusak gigi, seperti permen lengket, permen keras, makanan dan minuman yang terlalu asam, minuman bersoda, minuman energi, kopi, dan teh karena dapat merusak lapisan gigi, menyebabkan gigi berlubang, dan membuat gigi berubah warna.

Adik-adik juga perlu rutin memeriksakan gigi ke dokter gigi atau puskesmas minimal setiap enam bulan sekali. Hal ini penting untuk mencegah kerusakan gigi yang lebih parah dan menjaga kesehatan gigi tetap baik. Terlebih lagi, pada usia sekolah seperti adik-adik sekarang, sedang terjadi pergantian dari gigi susu menjadi gigi permanen sehingga pemeriksaan rutin sangat diperlukan. menjaga kesehatan gigi tidak hanya dilakukan dengan pemeriksaan rutin saja, tetapi harus dibarengi dengan kebiasaan menyikat gigi yang benar setiap hari.

Menyikat gigi yang benar sangat penting untuk menjaga kebersihan gigi agar tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit gigi dan mulut. Pastikan bulu sikat menyentuh batas gusi dan gigi, lalu sikat bagian yang menghadap ke pipi dan bibir dengan gerakan maju mundur dan memutar. Selanjutnya, sikat bagian gigi yang menghadap ke lidah dan langit-langit mulut menggunakan gerakan mencongkel dari arah gusi ke ujung gigi agar kotoran benar-benar terangkat. Terakhir, bersihkan permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah dengan gerakan maju mundur agar sisa makanan yang menempel dapat hilang dengan baik.

Alhamdulillah materi yang kakak sampaikan sudah selesai. Adik-adik, apakah ada yang ingin ditanyakan? Apakah materinya dapat dipahami? Baik, jika tidak ada pertanyaan, sekarang giliran kakak yang ingin bertanya. Tolong bantu ulangi kembali materi yang tadi kita pelajari, ya.

Pertanyaan pertama, Apa saja hal yang berkaitan dengan menyikat gigi? menyikat gigi merupakan cara yang dianjurkan untuk membersihkan plak pada permukaan gigi. Waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah pagi setelah sarapan

dan malam sebelum tidur. Pilihlah sikat gigi yang berbulu lembut, ganti sikat gigi jika sudah memekar, jangan digunakan bersama-sama, dan sesuaikan ukuran sikat gigi dengan rongga mulut. Pertanyaan ke dua Sebutkan makanan yang baik dan tidak baik untuk gigi? Makanan yang baik untuk gigi yaitu buah dan sayur yang mengandung vitamin C serta makanan yang mengandung fosfor. Makanan yang tidak baik untuk gigi yaitu makanan lengket seperti permen dan cokelat, minuman bersoda, kopi, dan teh. Pertanyaan ke tiga kapan waktu yang tepat untuk mengunjungi dokter gigi? Kunjungi dokter gigi minimal setiap 6 bulan sekali. Pertanyaan ke empat sebutkan langkah-langkah menyikat gigi yang benar! langkah menyikat gigi yang benar yaitu menyikat bagian yang menghadap pipi dan bibir dengan gerakan memutar dan maju mundur, bagian yang menghadap lidah dan langit-langit dengan gerakan mencongkel, serta permukaan kunyah dengan gerakan maju mundur.

Terimakasih kepada adik adik yang sudah antusias untuk menjawab pertanyaan yang kakak berikan, selanjutnya kakak akan membacakan kesimpulan materi yang kakak sampaikan. Jadi, pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan dengan menyikat gigi secara benar dua kali sehari (setelah sarapan dan sebelum tidur) menggunakan sikat berbulu lembut dan pasta gigi berfluor sesuai usia. Konsumsi makanan bergizi seperti buah, sayur, susu, keju, dan hindari makanan/minuman manis lengket serta bersoda. Lakukan pemeriksaan rutin ke dokter gigi setiap 6 bulan. Saat menyikat gigi, pastikan teknik benar, sikat gigi pastikan menyentuh tepi gusi, permukaan luar atau yang menghadap ke pipi dengan gerak memutar/maju mundur, bagian dalam dengan gerakan mencongkel, dan permukaan kunyah secara maju mundur.

Adik-adik sekalian, demikian materi yang dapat kakak sampaikan. Semoga adik-adik dapat memahami materi tersebut. Terima kasih atas perhatian dan partisipasi adik-adik semua. Semoga apa yang telah kakak sampaikan bermanfaat bagi kita semua. Jangan lupa untuk menyikat gigi secara teratur. Sampai bertemu di lain waktu.

Mengetahui

Pembimbing

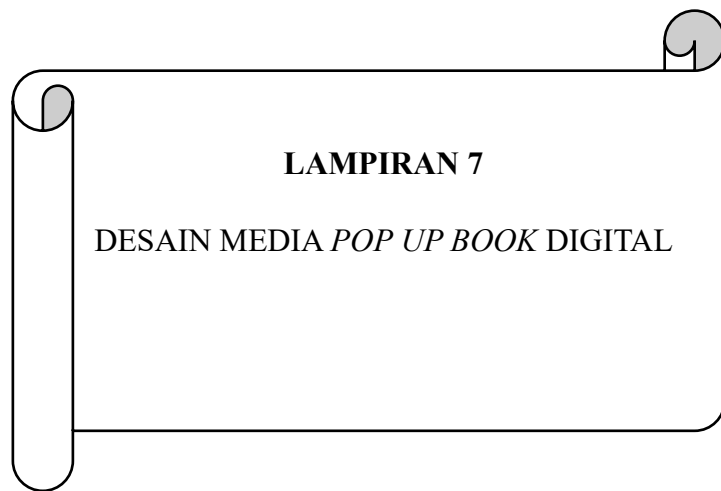
Penyusun,

Dr. Hj. Nia Daniati, S.Si.T., M.Kes

NIP.197011061991032003

Yuli jelita

NIM.P20625023076



POP UP BOOK DIGITAL

Membahas mengenai: Pengertian Menyikat Gigi, Waktu Menyikat Gigi, Pemilihan Sikat Gigi, Kunjungan Ke Dokter Gigi, Pola Makan yang Baik dan Tidak Baik Untuk Gigi Serta Teknik Menyikat Gigi.

Berikut lampiran penyuluhan mengenai Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut:



Cover











LAMPIRAN 8

ALAT UKUR PENELITIAN

KUESIONER PENELITIAN

“PENGETAHUAN PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT”

Kuesioner yang diadopsi dari Yusuf Assegaf, (2014) dan Erinna Azzahra, (2023).

1. Identitas Responden

Nama :
Tempat/tanggal lahir :
Umur :
Kelas :
Jenis Kelamin :

Berilah tanda (X) pada pilihan yang dianggap benar pada pertanyaan pilihan ganda dibawah ini.

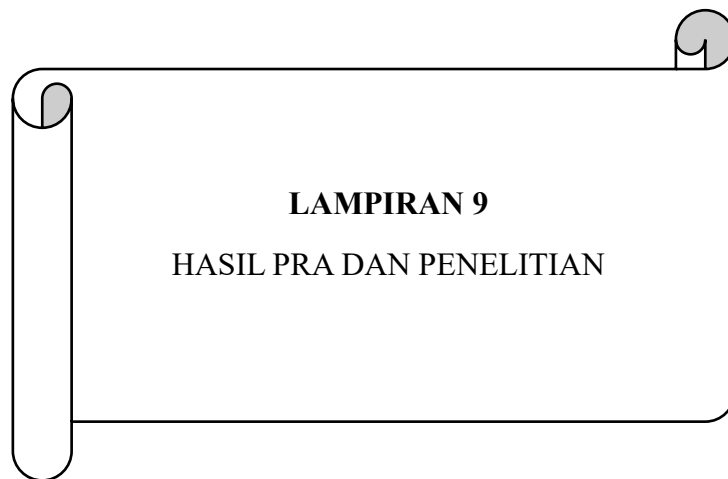
1. Apa kegunaan utama dari menyikat gigi.....
 - a. Menyegarkan mulut
 - b. Memutihkan gigi
 - c. Membersihkan gigi dari sisa makanan
2. Berapa kali kita menyikat gigi dalam sehari.....
 - a. 1 kali sehari
 - b. 2 kali sehari
 - c. 3 kali sehari
3. Berapa lama waktu menyikat gigi.....
 - a. 2-3 menit
 - b. 6-7 menit
 - c. 10-15 menit
4. Bentuk/ukuran sikat gigi yang baik untuk anak-anak adalah.....
 - a. Sikat gigi dengan kepala kecil dan sesuai ukuran mulut
 - b. Sikat gigi dengan kepala besar
 - c. Sikat gigi ukuran apa saja
5. Kapan sikat gigi harus kita ganti.....
 - a. Setelah 1 bulan dipakai
 - b. Setelah 2 minggu dipakai
 - c. Bila sikat gigi sudah mekar/berkembang

6. Pasta gigi yang baik adalah pasta gigi yang mengandung.....
 - a. Mengandung mint
 - b. Mengandung flour
 - c. Mengandung aroma
7. Kapan waktu yang tepat untuk menyikat gigi...
 - a. Sebelum sarapab dan setelah datang sekolah
 - b. Bersamaan dengan waktu mandi
 - c. Setelah sarapan dan sebelum tidur
8. Memeriksa ke dokter gigi dilakukan.....
 - a. 12 bulan sekali
 - b. 6 bulan sekali
 - c. 2 bulan sekali
9. Contoh makanan yang mengandung kalsium.....
 - a. Keju dan susu
 - b. Brukoli
 - c. Jagung
10. Supaya gigi kita tetap sehat, kita harus.....
 - a. Mengkonsumsi buah dan sayur
 - b. Mengkonsumsi makanan yang lunak
 - c. Mengkonsumsi makanan yang padat
11. Vitamin apa yang dapat menguatkan gigi.....
 - a. Vitamin A
 - b. Vitamin B
 - c. Vitamin C
12. Makanan yang dapat merusak gigi.....
 - a. Makanan yang mengandung serat
 - b. Makanan yang mengandung air
 - c. Makanan yang mengandung gula
13. Buah-buahan yang baik untuk gigi.....
 - a. Apel
 - b. Alpukat

- c. Anggur
14. Minuman yang dapat merusak gigi.....
 - a. Minum air putih/mineral
 - b. Minuman yang mengandung soda dan gula
 - c. Minuman yang mengandung flour
 15. Bagaimana gerakan dan tekanan menyikat gigi yang baik.....
 - a. Menyikat gigi dengan tekanan lembut dan gerakan perlahan
 - b. Menyikat gigi dengan tekanan keras dan gerakan perlahan
 - c. Menyikat gigi dengan tekanan lembut dan gerakan yang cepat
 16. Berapa banyak pasta gigi yang digunakan untuk menyikat gigi....
 - a. Sepanjang bulu sikat
 - b. Setengah panjang bulu sikat
 - c. Sebiji kacang polong
 17. Bagian-bagian gigi yang harus disikat adalah.....
 - a. Bagian luar gigi saja
 - b. Bagian dalam gigi saja
 - c. Bagian luar dan dalam
 18. Bagaimana arah menyikat gigi yang baik.....
 - a. Menyikat dari kiri ke kanan
 - b. Menyikat dari gusi ke gigi
 - c. Menyikat dari gigi ke gusi
 19. Cara menyikat gigi pada bagian depan dan belakang.....
 - a. Menyikat dengan gerakan memutar dan maju mundur
 - b. Menyikat dengan gerakan memutar saja
 - c. Menyikat ke atas dan bawah
 20. Cara menyikat gigi bagian pengunyahan.....
 - a. Menyikat dengan gerakan memutar dan maju mundur
 - b. Menyikat dengan gerakan maju mundur
 - c. Menyikat ke atas dan bawa

Kunci Jawaban!

- | | |
|-------|-------|
| 1. C | 11. C |
| 2. B | 12. C |
| 3. A | 13. C |
| 4. A | 14. B |
| 5. C | 15. A |
| 6. B | 16. C |
| 7. C | 17. C |
| 8. B | 18. B |
| 9. A | 19. A |
| 10. A | 20. B |



LAMPIRAN 9

HASIL PRA DAN PENELITIAN

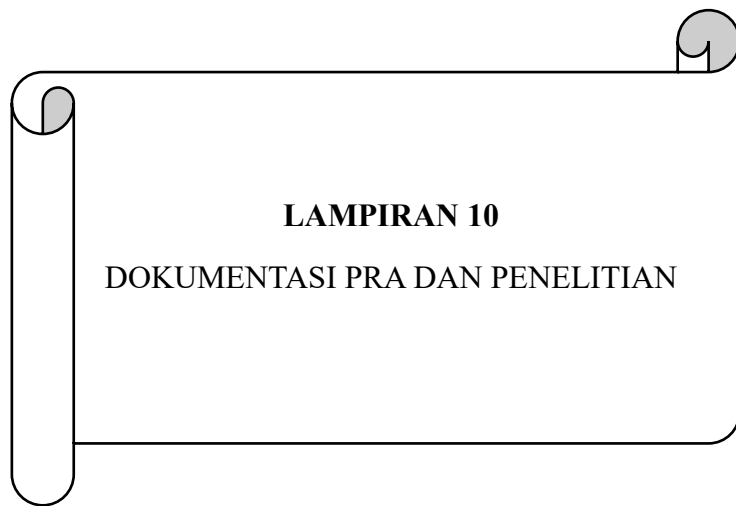
Hasil Rekafitulasi Penelitian
(*Pretest dan Posttest*)

No Responden	Umur	Skor Pretest (0-20)	Nilai Pretest	Kriteria (pretest)	Skor Posttest (0-20)	Nilai Posttest	Kriteria (posttest)
R1	12	13	65	Cukup	18	90	Baik
R2	11	10	50	Kurang	18	90	Baik
R3	12	11	55	Kurang	11	55	Kurang
R4	10	8	40	Kurang	18	90	Baik
R5	10	15	75	Cukup	20	100	Baik
R6	12	9	45	Kurang	19	95	Baik
R7	11	13	65	Cukup	20	100	Baik
R8	11	13	65	Cukup	19	95	Baik
R9	11	7	35	Kurang	18	90	Baik
R10	11	13	65	Cukup	19	95	Baik
R11	11	12	60	Cukup	19	95	Baik
R12	10	13	65	Cukup	18	90	Baik
R13	10	10	50	Kurang	11	55	Kurang
R14	11	10	50	Kurang	14	70	Cukup
R15	11	12	60	Cukup	19	95	Baik
R16	11	8	40	Kurang	19	95	Baik
R17	11	11	55	Kurang	16	100	Baik
R18	11	11	55	Kurang	18	90	Baik
R19	11	15	75	Cukup	20	100	Baik
R20	11	10	50	Kurang	16	80	Baik
R21	11	11	55	Kurang	15	75	Cukup
R22	11	14	70	Cukup	19	95	Baik
R23	11	10	50	Kurang	19	95	Baik
R24	11	14	70	Cukup	16	80	Baik
R25	11	10	50	Kurang	18	90	Baik
R26	11	9	45	Kurang	19	95	Baik
R27	11	8	40	Kurang	15	75	Cukup
R28	11	11	55	Kurang	20	100	Baik
R29	11	10	50	Kurang	19	95	Baik
R30	11	9	45	Kurang	18	90	Baik
R31	11	11	55	Kurang	17	85	Baik
R32	11	12	60	Cukup	19	95	Baik
R33	10	10	50	Kurang	18	90	Baik
R34	10	9	45	Kurang	18	90	Baik
R35	11	9	45	Kurang	19	95	Baik
R36	11	7	35	Kurang	18	90	Baik
R37	11	15	75	Cukup	18	90	Baik
R38	11	9	45	Kurang	16	80	Baik
R39	11	8	40	Kurang	17	85	Baik
R40	11	11	55	Kurang	15	75	Cukup
R41	11	10	50	Kurang	16	80	Baik
R42	11	9	45	Kurang	16	80	Baik
R43	11	11	55	Kurang	20	100	Baik
R44	11	5	25	Kurang	12	60	Cukup
R45	12	11	55	Kurang	19	95	Baik
R46	11	10	50	Kurang	20	100	Baik

R47	12	11	55	Kurang	19	95	Baik
R48	11	8	40	Kurang	15	75	Cukup
R49	12	15	55	Cukup	17	85	Baik
R50	11	10	50	Kurang	19	95	Baik
R51	11	8	40	Kurang	11	55	Kurang
R52	11	10	60	Kurang	13	65	Cukup
R53	11	10	60	Kurang	16	80	Baik
R54	11	13	65	Cukup	17	85	Baik
R55	11	11	55	Kurang	15	95	Cukup
R56	11	9	45	Kurang	16	80	Baik
R57	11	12	60	Cukup	14	70	Cukup
R58	11	10	50	Kurang	16	90	Baik
R59	11	8	40	Kurang	11	55	Kurang
R60	12	8	40	Kurang	13	75	Cukup
Jumlah		630			1018		

$$\text{Rata-rata pretest} = \frac{\sum \text{skor pengisian}}{\sum \text{skor maksimal (20} \times 60)} = \frac{630}{1200} \times 100 = 52,5$$

$$\text{Rata-rata posttest} = \frac{\sum \text{skor pengisian}}{\sum \text{skor maksimal (20} \times 60)} = \frac{1018}{1200} \times 100 = 84,8$$



DOKUMENTASI PRA PENELITIAN

Foto	Kegiatan
	Pembagian Kuesioner
	Pengisian Kuesioner Pengetahuan.
	Foto Bersama Wali Kelas V.

DOKUMENTASI PENELITIAN

Foto	Kegiatan
	Pembagian Informed Consent.
	Pengerjaan <i>Pretest</i>.
	Penyuluhan Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Ke-Satu.



Penyuluhan Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Ke-Dua.



Penyuluhan Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Ke-Tiga.



Pengerjaan *Posttest*.



Poto Bersama Siswa Kelas V MI Manarul Huda.

LAMPIRAN 11
HASIL UJI STATISTIK

HASIL UJI STATISTIC

Test of Normality

	Kolmogorof-Smirnov ^a		
	Statistic	df	Sig.
Pretest	.123	60	.024
Posttest	.231	60	<.001

a. Lilliefors Significance Correction

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	59 ^b	30.00	1770.00
	Ties	1 ^c		
	Total	60		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

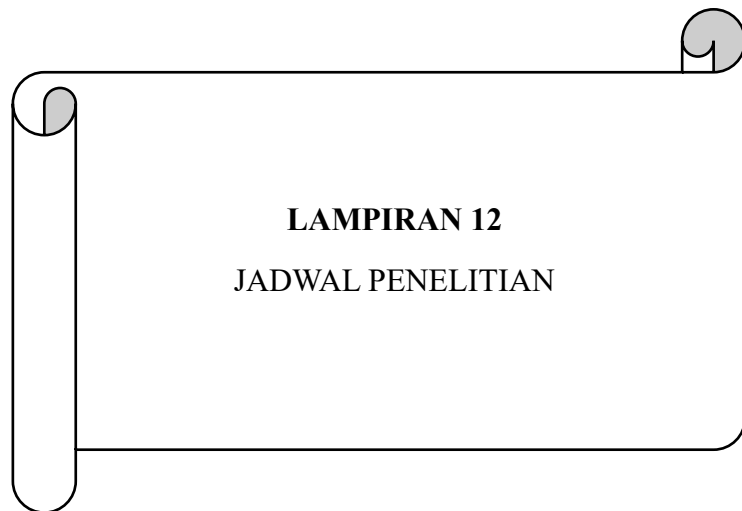
c. Posttest = Pretest

Test Statistics^a

Posttest - Pretest	
Z	-6.692 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

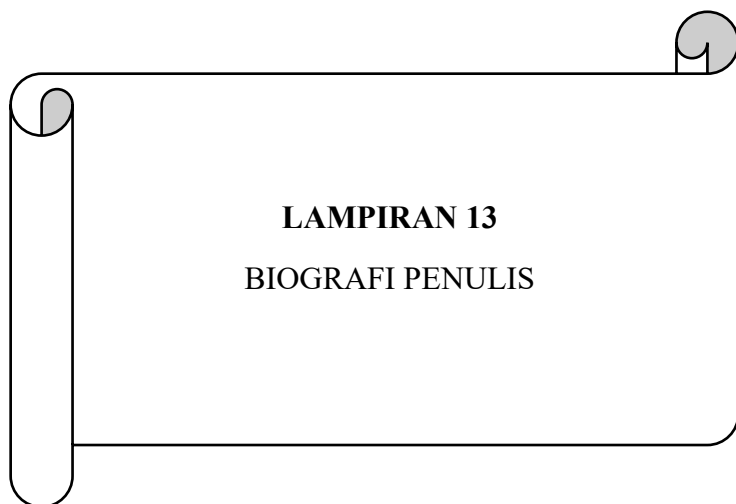
b. Based on negative ranks.



LAMPIRAN 12
JADWAL PENELITIAN

JADWAL PENELITIAN

No	Kegiatan	Bulan																			
		Januari				Februari				Maret				April				Mei			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengejuan Judul																				
2	Penyusunan Laporan																				
3	Perbaikan Proposal																				
4	Seminar Proposal																				
5	Perbaikan Proposal																				
6	Persiapan Penelitian a. Perizinan b. Persiapan Alat Penelitian																				
7	Pelaksanaan Penelitian																				
8	Pengolahan Data																				
9	Penyusunan Laporan																				
10	Sidang Karya Tulis Ilmiah																				



LAMPIRAN 13
BIOGRAFI PENULIS

BIOGRAFI PENULIS



Yuli Jelita lahir di Tasikmalaya pada tanggal 14 Mei 2004 putri dari pasangan Bapak Sunarya dan Ibu Yayah merupakan putri ke dua dari 2 bersaudara. Saat ini bertempat tinggal di Desa Cibungur Rt/Rw. 03/02, Kecamatan Parungponteng, Kabupaten Tasikmalaya.

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. RA Nurhidayah : 2010-2011
2. SDN Cibungur : 2011- 2017
3. MTS Darul Falah Cibungur : 2017-2020
4. MAN 1 Tasikmalaya : 2020-2023
5. Pondok Pesantren Sukahideng : 2020-2023
6. Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya : 2023-2026

RIWAYAT ORGANISASI

1. Anggota Osis Mts Darul Falah Cibungur periode 2019-2020
2. Ketua Histbah asrama Asy- Syifa 3 Pesantren Sukahideng periode 2022-2023
3. Anggota Badan Legislatif Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya periode 2025-2026
4. Anggota Himpunan Mahasiswa Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya periode 2025-2026