

LAMPIRAN



LAMPIRAN 1

SURAT IZIN PRA PENELITIAN



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

Jl. Cilolohan No. 35 Telp. 0265- 340186 Fax. 0265 – 338939 Tasikmalaya 46115
Kampus Keperawatan Gigi: Jl. Tamansari No. 210 Telp./Fax. 0265- 334790 Tasikmalaya 46196



Nomor : LB.02.02/11/347/ 2022

20 Januari 2022

Lampiran : -

Hal : **Permohonan Permintaan Data Awal**

Kepada Yth ;
Ibu/Bapak
Kepala Sekolah MI Ciledug
di-

Tempat

Bersama ini kami hadapkan 1 (Satu) orang mahasiswa/i Program Studi Terapi Gigi Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Tahun Akademik 2021/2022, untuk pengambilan data awal pada siswa kelas V SD MI Ciledug.

Selanjutnya kami informasikan bahwa data tersebut akan digunakan dalam pembuatan Skripsi sebagai tugas akhir dari Pendidikan Sarjana Terapan Terapi Gigi.

Adapun nama mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut :

Nama : Intan Yustika Sari
NIM : P2.06.25.2.18.013
Tingkat/Semester : IV (Empat) / VIII (Delapan)
Judul : Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut Melalui Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi pada Siswa Kelas 5 di MI Ciledug

Demikian surat permohonan ini disampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terimakasih.

Ketua Jurusan
Keperawatan Gigi



Rudi Triyanto, S.Si.T., MDSc
NIP. 196412041985031002



LAMPIRAN 2

**SURAT BALASAN PRA
PENELITIAN**



YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM ATHTHARIYAH
MADRASAH IBTIDAIYAH CILEDUG

Jl. Tamansari Kel. Tamansari Kec. Tamansari – Kota Tasikmalaya

SURAT IZIN PERMINTAAN DATA AWAL PENELITIAN
No:MI.44/CId / 16 /I/ 2022

Yang Bertanda tangan dibawah ini :

Nama : UNUNG,S.Ag
NIP : 196604092007011030
Pangkat,Golongan/Ruang : Penata Muda/III/d
Jabatan : Kepala MI Ciledug
Kp.Taman 01/01 Kel/Kec.Tamansari Kota Tasikmalaya

Dengan ini menyatakan bahwa:

Pada dasarnya kami tidak keberatan untuk menyerahkan data awal kepada :

Nama : INTAN YUSTIKA SARI
NIM : P2.06.25.2.18.013

Mahasiswi Tingkat IV (empat) Program Studi Terapi Gigi Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan Tasikmalaya yang sedang melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut Melalui Media Flascard Terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi Pada Siswa Kelas 5 di MI Ciledug.”**

Selanjutnya data tersebut akan digunakan dalam pembuatan Skripsi sebagai tugas akhir dari Prodi Terapi Gigi.

Demikian surat pernyataan ini di buat dengan sesungguhnya dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tasikmalaya, 29 Januari 2022
Kepala Sekolah

UNUNG,S.Ag
NIP.196604092007011030



LAMPIRAN 3

SURAT IZIN PENELITIAN



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

Jl. Cilolohan No.35 Telp.(0265)340186 Fax. (0265)338939 Tasikmalaya 46115
Kampus Keperawatan Gigi: Jl. Tamansari No. 210 Telp./Fax. 0265- 334790 Tasikmalaya 46196



Nomor : LB.02.02/11/..43./ 2022
Lampiran : -
Hal : **Permohonan Izin Penelitian**

16 Maret 2022

Kepada Yth ;
Ibu/Bapak
Kepala Sekolah MI Ciledug Kota Tasikmalaya
di-

Tempat

Bersama ini kami hadapkan 1 (Satu) orang mahasiswa/i Program Studi Terapi Gigi Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Tahun Akademik 2021/2022, untuk melaksanakan penelitian pada Siswa Kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya.

Selanjutnya kami informasikan bahwa data tersebut akan digunakan dalam pembuatan Skripsi sebagai tugas akhir dari Pendidikan Sarjana Terapan Terapi Gigi.

Adapun nama mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut :

Nama : Intan Yustika Sari
NIM : P2.06.25.2.18.013
Tingkat/Semester : IV (Empat) / VIII (Delapan)
Judul : Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut melalui Media Flashcard terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi pada Siswa Kelas V di MI Ciledug Kota Tasikmalaya

Demikian surat permohonan ini disampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terimakasih.

Ketua Jurusan
Kesehatan Gigi

Rudi Triyanto, S.Si.T., MDSc
NIP. 196412041985031002





LAMPIRAN 4

SURAT BALASAN PENELITIAN



**YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM ATH-THAHARIYAH
MADRASAH IBTIDAIYAH CILEDUG**

Kantor : Kp.Taman RT.01 RW.01 Kelurahan Tamansari Kecamatan Tamansari
NSM . 111232780042. NPSN .60710118 Email.ciledugmi@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : MI.44/CId/Kp. 07/III /2022

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala MI Ciledug kec.Tamansari Kota Tasikmalaya menerangkan bahwa sesungguhnya saudara :

Nama : Intan Yustika Sari
NIM : P2.06.25.2.18.013
Universitas : Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Prodi : Terapi Gigi
Jurusan : Keperawatan Gigi

Mahasiswa tersebut benar – benar melaksanakan kegiatan penelitian di MI Ciledug dengan judul penelitian :

“ Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut melalui Media Flashcard terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi pada Siswa Kelas V di Mi Ciledug Kota Tasikmalaya.

Demikian surat permohonan ini di sampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Tasikmalaya, 26 Maret 2022

Kepala MI Ciledug



UNUNG, S. Ag

NIP.196604092007011030



LAMPIRAN 5

INFORMED CONSENT



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

Jl. Cilolohan No. 35 Telp. 0265-340186 Fax. 0265-338939 Tasikmalaya 46115

Jl. Tamansari No. 210 Telp./Fax. 0265-334790 Tasikmalaya 46196



**SURAT PERNYATAAN KESDEDIAAN MENJADI
RESPONDEN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Sebagai orang tua/wali dari saudara/saudari:

Nama Anak :

Umur :

Kelas :

Memberikan persetujuan untuk menjadi responden dari:

Nama : Intan Yustika Sari

NIM : P2.06.25.2.18.013

Prodi/Jurusan : Sarjana Terapan Terapi Gigi/Kesehatan Gigi

Memberikan persetujuan bahwa saya tidak keberatan anak saya menjadi responden dalam penelitian yang berjudul **“Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut melalui Media *Flashcard* terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi pada Siswa Kelas V di MI Ciledug Kota Tasikmalaya”** dengan sebenar-benarnya tanpa ada suatu paksaan dari pihak manapun.

Tasikmalaya, Maret 2022

Peneliti

Orang Tua/Wali

Intan Yustika Sari

.....



LAMPIRAN 6

JADWAL PENELITIAN



LAMPIRAN 7

INSTRUMEN PENELITIAN



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

Jl. Cilolohan No. 35 Telp. 0265-340186 Fax. 0265-338939 Tasikmalaya 46115

Jl. Tamansari No. 210 Telp./Fax. 0265-334790 Tasikmalaya 46196



**KUESIONER PENGETAHUAN MENYIKAT GIGI
SISWA KELAS V MI CILEDUG KOTA TASIKMALAYA**

I. Identitas Responden

Nama Siswa :
Jenis Kelamin :
Tempat, Tanggal Lahir/Umur :
Alamat :
Kelas :
Hari/Tanggal :

Petunjuk Pengisian

1. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan benar dan jujur.
2. Berilah tanda silang (X) pada jawaban responden.

II. Daftar Pertanyaan

1. Menyikat gigi sebaiknya dilakukan paling sedikit...
 - A. 4 kali sehari
 - B. 2 kali sehari
 - C. 1 kali sehari
 - D. 3 kali sehari
2. Waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah...
 - A. Setiap mandi pagi hari
 - B. Setiap mandi sore hari
 - C. Pagi sesudah sarapan dan malam sebelum tidur
 - D. Setiap mandi
3. Mengganti sikat gigi sebaiknya selama...
 - A. 1 minggu sekali
 - B. 1 tahun sekali
 - C. 6 bulan sekali
 - D. 3 bulan sekali

4. Menyikat gigi dilakukan selama...
 - A. 2 menit
 - B. 5 menit
 - C. 30 menit
 - D. 20 menit

5. Permukaan gigi yang harus disikat adalah...
 - A. Bagian depan saja
 - B. Bagian dalam saja
 - C. Bagian depan dan dalam
 - D. Seluruh permukaan gigi yaitu bagian depan, dalam, dan dataran pengunyahan

6. Banyaknya pasta gigi saat menyikat gigi adalah...
 - A. Sebesar permukaan bulu sikat gigi
 - B. Sebesar biji kacang tanah
 - C. Secukupnya
 - D. Sebanyaknya

7. Plak dapat dibersihkan dengan...
 - A. Kumur-kumur saja
 - B. Hilang dengan sendirinya
 - C. Dicongkel dengan tusuk gigi
 - D. Menyikat gigi

8. Tujuan menyikat gigi adalah...
 - A. Gigi bersinar
 - B. Senyum menjadi indah
 - C. Membersihkan sisa-sisa makanan
 - D. Dapat menguyah makanan

9. Pasta gigi yang digunakan sebaiknya mengandung...
 - A. Buah
 - B. Coklat
 - C. Garam
 - D. *Fluor*

10. Gigi yang menghadap ke depan di sikat dengan gerakan...
 - A. Naik turun dengan posisi mulut tertutup
 - B. Naik turun dengan posisi mulut terbuka
 - C. Maju mundur dengan posisi mulut tertutup
 - D. Maju mundur dengan posisi mulut terbuka

11. Syarat kepala sikat gigi yang benar, yaitu...
 - A. Kepala sikat mengecil
 - B. Kepala sikat kecil
 - C. Kepala sikat melebar
 - D. Kepala sikat besar

12. Alat untuk membersihkan sisa-sisa makanan di sela-sela gigi adalah...
 - A. *Dental floss*
 - B. Peniti
 - C. Tusuk gigi
 - D. Jarum

13. Cara merawat sikat gigi yang benar adalah, *kecuali*...
 - A. Dicuci dibawah air mengalir
 - B. Disimpan ditempat yang kering dan bersih
 - C. Kepala sikat diletakkan menghadap ke atas
 - D. Kepala sikat diletakkan menghadap ke bawah

14. Gigi yang digunakan untuk mengunyah disikat dengan gerakan...
 - A. Naik turun dengan posisi mulut tertutup
 - B. Naik turun dengan mulut terbuka
 - C. Maju mundur dengan posisi mulut tertutup
 - D. Maju mundur dengan posisi mulut terbuka

15. Bulu sikat gigi yang baik dan benar untuk menyikat gigi adalah...
 - A. Bulu sikat halus
 - B. Bulu sikat mekar
 - C. Bulu sikat banyak
 - D. Bulu sikat berwarna

(Astari, 2019), (Fitriyanti, 2021).



KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

Jl. Cilolohan No. 35 Telp. 0265-340186 Fax. 0265-338939 Tasikmalaya 46115

Jl. Tamansari No. 210 Telp./Fax. 0265-334790 Tasikmalaya 46196



Kunci Jawaban Kuesioner

1. B
2. C
3. D
4. A
5. D
6. B
7. D
8. C
9. D
10. B
11. B
12. A
13. D
14. D
15. A



LAMPIRAN 8

HASIL REKAP PENELITIAN

Tabel Persentase Jawaban Kuesioner Pengetahuan Menyikat Gigi Responden
Sebelum diberikan Penyuluhan (*Pretest*)

No.	Nama Responden	Jenis Kelamin	Umur (tahun)	Total	Persentase (%)	Kategori
1	Responden 1	L	11	6	40	Kurang
2	Responden 2	P	11	8	53,3	Kurang
3	Responden 3	L	12	6	40	Kurang
4	Responden 4	L	12	7	46,6	Kurang
5	Responden 5	L	11	8	53,3	Kurang
6	Responden 6	L	11	7	46,6	Kurang
7	Responden 7	P	11	9	60	Cukup
8	Responden 8	P	11	10	66,6	Cukup
9	Responden 9	L	11	4	26,6	Kurang
10	Responden 10	L	12	6	40	Kurang
11	Responden 11	L	11	9	60	Cukup
12	Responden 12	L	12	5	33,3	Kurang
13	Responden 13	L	11	9	60	Cukup
14	Responden 14	L	12	8	53,3	Kurang
15	Responden 15	P	11	7	46,6	Kurang
16	Responden 16	P	11	11	73,3	Cukup
17	Responden 17	L	11	5	33,3	Kurang
18	Responden 18	P	11	10	66,6	Cukup
19	Responden 19	L	12	9	60	Cukup
20	Responden 20	L	11	5	33,3	Kurang
21	Responden 21	P	11	9	60	Cukup
22	Responden 22	P	11	9	60	Cukup
23	Responden 23	P	10	9	60	Cukup
24	Responden 24	L	10	5	33,3	Kurang
25	Responden 25	L	11	6	40	Kurang
26	Responden 26	L	12	8	53,3	Kurang
27	Responden 27	L	11	9	60	Cukup
28	Responden 28	P	11	5	33,3	Kurang
29	Responden 29	P	10	7	46,6	Kurang
30	Responden 30	P	11	7	46,6	Kurang
Rata-Rata					49,53	Kurang

Tabel Persentase Jawaban Kuesioner Pengetahuan Menyikat Gigi Responden
Setelah diberikan Penyuluhan (*Posttest*)

No.	Nama Responden	Jenis Kelamin	Umur (tahun)	Total	Persentase (%)	Kategori
1	Responden 1	L	11	10	66,6	Cukup
2	Responden 2	P	11	13	86,6	Baik
3	Responden 3	L	12	11	73,3	Cukup
4	Responden 4	L	12	12	80	Baik
5	Responden 5	L	11	13	86,6	Baik
6	Responden 6	L	11	11	73,3	Cukup
7	Responden 7	P	11	14	93,3	Baik
8	Responden 8	P	11	15	100	Baik
9	Responden 9	L	11	10	66,6	Cukup
10	Responden 10	L	12	15	100	Baik
11	Responden 11	L	11	14	93,3	Baik
12	Responden 12	L	12	15	100	Baik
13	Responden 13	L	11	14	93,3	Baik
14	Responden 14	L	12	13	86,6	Baik
15	Responden 15	P	11	13	86,6	Baik
16	Responden 16	P	11	15	100	Baik
17	Responden 17	L	11	12	80	Baik
18	Responden 18	P	11	13	86,6	Baik
19	Responden 19	L	12	14	93,3	Baik
20	Responden 20	L	11	11	73,3	Cukup
21	Responden 21	P	11	14	93,3	Baik
22	Responden 22	P	11	15	100	Baik
23	Responden 23	P	10	14	93,3	Baik
24	Responden 24	L	10	15	100	Baik
25	Responden 25	L	11	11	73,3	Cukup
26	Responden 26	L	12	12	80	Baik
27	Responden 27	L	11	15	100	Baik
28	Responden 28	P	11	10	66,6	Cukup
29	Responden 29	P	10	12	80	Baik
30	Responden 30	P	11	11	73,3	Cukup
Rata-rata					85,97	Baik



LAMPIRAN 9

HASIL UJI STATISTIK

Tabel Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

		Jenis Kelamin Responden			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	18	60.0	60.0	60.0
	Perempuan	12	40.0	40.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Tabel Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur

		Umur Responden			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10 tahun	3	10.0	10.0	10.0
	11 tahun	20	66.7	66.7	76.7
	12 tahun	7	23.3	23.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Tabel Hasil *Pretest* Kuesioner Pengetahuan Menyikat Gigi

		Pre Test			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	cukup (56%-75%)	11	36.7	36.7	36.7
	kurang (< 56%)	19	63.3	63.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Tabel Hasil *Posttest* Kuesioner Pengetahuan Menyikat Gigi

		Post Test			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik (76%-100%)	22	73.3	73.3	73.3
	cukup (56%-75%)	8	26.7	26.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Tabel Hasil Analisa Data Uji *Wilcoxon*

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pre Test - Post Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	30 ^b	15.50	465.00
	Ties	0 ^c		
	Total	30		

- a. Pre Test < Post Test
- b. Pre Test > Post Test
- c. Pre Test = Post Test

Test Statistics^a

	Pre Test - Post Test
Z	-4.964 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.



LAMPIRAN 10

**DOKUMENTASI PRA
PENELITIAN**

MI Ciledug Kota Tasikmalaya



Kegiatan Pra Penelitian



A decorative scroll-like frame with a black outline and rounded corners. The top-left and top-right corners are rolled up, and the bottom-left corner is also rolled up. The text is centered within the frame.

LAMPIRAN 11

DOKUMENTASI PENELITIAN

MI Ciledug
Kota
Tasikmalaya



Kegiatan
pretest
pengetahuan
menyikat gigi



Kegiatan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut melalui media *flashcard*



Kegiatan
posttest
pengetahuan
menyikat gigi



Dokumentasi
bersama
responden





LAMPIRAN 12

LEMBAR KONSULTASI



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

Jl. Cilolohan No. 35 Telp. 0265-340186 Fax. 0265-338939 Tasikmalaya 46115

Jl. Tamansari No. 210 Telp./Fax. 0265-334790 Tasikmalaya 46196



**LEMBAR KONSULTASI
SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Intan Yustika Sari
Nama Pembimbing I : drg. Yayah Sopianah, M.Kes
Judul Skripsi : Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut Mulut melalui Media *Flashcard* terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi pada Siswa Kelas V di MI Ciledug Kota Tasikmalaya

NO.	TANGGAL	KEGIATAN	SARAN PEMBIMBING	PARAF
1.	11-01-2022	Acc judul skripsi	Perbaiki judul skripsi	
2.	19-01-2022	Acc judul skripsi + BAB I	Sesuaikan latar belakang dengan judul skripsi	
3.	26-01-2022	Acc bab I & bab II	Perbaiki kerangka teori	
4.	02-02-2022	Acc bab I, II, & III	Perbaiki kerangka konsep	
5.	03-02-2022	Acc bab I, II, dan III	Perbaiki definisi operasional	
6.	04-02-2022	Acc proposal skripsi	Lengkapi lampiran	
7.	11-04-2022	Bimbingan bab IV	Gunakan tabel terbuka	

8.	14-04-2022	Revisi bab IV	Penjelasan isi tabel cukup nilai terbesar saja	Ys
9.	18-04-2022	Revisi bab IV	Tambahkan hasil penelitian terdahulu	Ys
10.	19-04-2022	Revisi bab V	Kesimpulan dan saran disesuaikan dg tujuan & manfaat	Ys
11.	20-04-2022	Revisi skripsi	Tambahkan abstrak	Ys
12.	22-04-2022	Revisi skripsi	Tambahkan biografi penulis	Ys



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

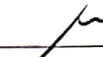




Jl. Cilolohan No. 35 Telp. 0265-340186 Fax. 0265-338939 Tasikmalaya 46115
Jl. Tamansari No. 210 Telp./Fax. 0265-334790 Tasikmalaya 46196



LEMBAR KONSULTASI
SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Intan Yustika Sari
Nama Pembimbing II : drg. Culia Rahayu, MSc
Judul Skripsi : Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut Mulut melalui Media *Flashcard* terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi pada Siswa Kelas V di MI Ciledug Kota Tasikmalaya

NO.	TANGGAL	KEGIATAN	SARAN PEMBIMBING	PARAF
1.	12-01-2022	Bimbingan proposal skripsi	Perbaiki penulisan di lembar penguji dan pengesahan	
2.	19-01-2022	Bimbingan proposal skripsi	Perbaiki penulisan daftar isi	
3.	25-01-2022	Bimbingan proposal skripsi	Perhatikan penggunaan tanda baca	
4.	03-02-2022	Bimbingan proposal skripsi	Periksa kembali penggunaan spasi	
5.	09-02-2022	Bimbingan proposal skripsi	Perbaiki setiap kata depan yang masih salah	
6.	09-02-2022	Bimbingan proposal skripsi	Kata "dalam" diubah menjadi "di"	
7.	14-04-2022	Revisi skripsi	Hindari paragraf gemuk	

8.	14-09-2022	Revisi skripsi	Persingkat definisi operasional	
9.	18-09-2022	Revisi skripsi	Buat tabel menjadi rata kiri kanan	
10.	19-09-2022	Revisi skripsi	Perbaiki huruf dalam tabel menjadi II	
11.	20-09-2022	Revisi skripsi	Perbaiki penulisan sumber diawal & diakhir kalimat	
12.	22-09-2022	Revisi skripsi	Perbaiki penulisan daftar pustaka	



LAMPIRAN 13

MEDIA PENELITIAN

SATUAN PELAJARAN

Bidang Studi	: Pendidikan Kesehatan Gigi
Sub Bidang Studi	: Preventive Dentistry
Pokok Bahasan	: Menyikat Gigi
Sub Pokok Bahasan	: 1. Pengertian Menyikat Gigi 2. Tujuan Menyikat Gigi 3. Alat Menyikat Gigi 4. Sikat Gigi yang Baik 5. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam Menyikat Gigi 6. Cara Menyikat Gigi yang Baik dan Benar
Sasaran	: Siswa Kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya
Tempat	: Ruang Kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya
Waktu	: 20 menit

I. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut tentang menyikat gigi selama 20 menit, diharapkan siswa kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya dapat memahami materi tentang menyikat gigi sehingga meningkatkan pengetahuan mengenai menyikat gigi.

II. Tujuan Instruksional Khusus (TIK)

TIK I : Setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut tentang pengertian menyikat gigi selama 2 menit, siswa kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya diharapkan dapat memahami dan menyebutkan pengertian menyikat gigi dengan benar.

TIK II : Setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut tentang tujuan menyikat gigi selama 2 menit, siswa kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya diharapkan dapat memahami serta menyebutkan tujuan menyikat gigi dengan benar.

TIK III : Setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut tentang alat menyikat gigi selama 2 menit, siswa kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya diharapkan dapat memahami serta menyebutkan tentang alat menyikat gigi dengan benar.

TIK IV : Setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut tentang syarat sikat gigi yang baik selama 2 menit, siswa kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya diharapkan dapat memahami dan menyebutkan tentang sikat gigi yang baik dengan benar.

TIK V : Setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut tentang hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi selama 2 menit, siswa kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya diharapkan dapat memahami dan menyebutkan tentang hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi dengan benar.

TIK VI : Setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut tentang cara menyikat gigi yang baik dan benar selama 3 menit, siswa kelas V MI Ciledug Kota Tasikmalaya diharapkan dapat memahami dan menyebutkan kembali tentang cara menyikat gigi yang baik dan benar dengan benar.

III. Materi

TIK I : Pengertian Menyikat Gigi

Menyikat gigi merupakan cara umum yang dianjurkan untuk membersihkan seluruh deposit lunak dan plak pada permukaan gigi dan gusi (Sukarsih, 2018). Menyikat gigi adalah tindakan menghilangkan kotoran atau debris yang melekat pada permukaan gigi dan dilakukan pada pagi hari setelah sarapan serta malam hari sebelum tidur guna mengurangi resiko masalah kesehatan gigi (Nurafifah, 2016).

TIK II : Tujuan Menyikat Gigi

Menyikat gigi bertujuan untuk menghilangkan dan mencegah pembentukan plak dan debris, membersihkan sisa makanan yang menempel pada gigi, menstimulasi jaringan gusi, serta menghilangkan bau mulut (Hasyiru, 2019). Menyikat gigi menstimulasi jaringan gusi dan melapisi permukaan gigi dengan *fluor* (Lumempouw, 2017).

TIK III : Alat Menyikat Gigi

Menyikat gigi memerlukan alat untuk membersihkan gigi dan mulut dari sisa makanan dan plak dengan tujuan mencegah terjadinya penyakit pada jaringan keras dan jaringan lunak gigi. Alat bantu menyikat gigi yang dinamakan alat fisioterapi

oral bertujuan membersihkan gigi dan mulut dari sisa makanan dan debris (Fitriyanti, 2021). Menurut Pintauli (2012), alat bantu menyikat gigi adalah sikat gigi, benang gigi (*dental floss*), dan sikat interdental.

1. Sikat gigi

Sikat gigi adalah alat bantu fisioterapi oral yang digunakan untuk membersihkan gigi dan mulut. Sikat gigi yang digunakan untuk menyikat gigi efektif untuk membersihkan gigi dan mulut.

2. Benang Gigi (*dental floss*)

Benang gigi adalah alat bantu yang digunakan untuk membersihkan sela-sela gigi dari sisa makanan yang tidak terbersihkan saat menyikat gigi. Bulu sikat pada sikat gigi tidak dapat menjangkau sela-sela gigi dengan optimal. Penggunaan benang gigi perlu diperhatikan agar tidak menimbulkan luka pada sela-sela gigi.

3. Sikat Interdental

Sikat interdental sebagai alat bantu menyikat gigi mempunyai kelebihan yaitu dapat mencapai daerah belakang rahang dan sela-sela gigi.

TIK IV : Sikat Gigi yang Baik

Syarat sikat gigi yang baik adalah sebagai berikut:

1. Bulu Sikat Lembut

Bulu sikat padat dan lembut efektif untuk membersihkan gigi dan mulut tanpa merusak gusi.

2. Ukuran Kepala Sikat

Kepala sikat yang baik digunakan untuk menyikat gigi adalah kepala sikat yang kecil agar menjangkau seluruh bagian gigi.

3. Model Sikat

Sikat gigi yang digunakan untuk menyikat gigi disesuaikan dengan ukuran mulut dan nyaman digunakan.

4. Gagang Sikat

Gagang sikat yang digunakan untuk menyikat gigi tidak licin, sehingga sikat gigi dapat tetap digunakan dalam keadaan basah.

TIK V : Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam Menyikat Gigi

Menurut Rahmadhan (2010), hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi yaitu sebagai berikut:

1. Waktu Menyikat Gigi

Waktu terbaik untuk menyikat gigi adalah 2 kali sehari, yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Hal ini bertujuan untuk menjaga kondisi mulut tetap bersih hingga waktu makan siang, serta pada waktu tidur jumlah air liur berkurang sehingga asam yang dihasilkan plak lebih pekat dan kemampuan merusak gigi lebih besar.

2. Kelembutan Menyikat Gigi

Menyikat gigi terlalu kasar atau gerakan yang terlalu panjang seperti menyikat 5-6 gigi sekaligus menyebabkan kerusakan pada gigi dan gusi. Tekanan yang digunakan adalah tekanan ringan.

3. Durasi Menyikat Gigi

Menyikat gigi yang tepat memerlukan waktu minimal 2 (dua) menit.

4. Waktu Mengganti Sikat Gigi

Sikat gigi tidak memiliki kemampuan untuk membersihkan gigi dengan baik, sehingga bila sikat gigi rusak atau sudah berusia 3 bulan, perlu diganti dengan yang baru. Bila bulu sikat sudah rusak sebelum 3 bulan, kemungkinan merupakan tanda menyikat gigi dilakukan dengan tekanan terlalu keras.

5. Pemeliharaan Kebersihan Sikat Gigi

Sikat gigi yang tidak dibersihkan menjadi tempat perkembangbiakan kuman dan jamur. Bersihkan sikat gigi dengan cara dibilas di bawah air mengalir. Keringkan sikat gigi setelah digunakan dan simpan sikat gigi dengan posisi kepala sikat berada di atas.

6. Pasta Gigi yang Mengandung *Fluor*

Penggunaan pasta gigi yang mengandung *fluor* berperan untuk mencegah kerusakan gigi. Pasta gigi adalah penunjang kegiatan menyikat gigi yang berfungsi untuk membantu menghilangkan plak, memoles permukaan gigi, memperkuat gigi, menghilangkan atau mengurangi bau mulut, memberikan rasa segar pada mulut, serta memelihara kesehatan gusi. Pasta gigi anak tidak mengandung sukrosa atau karbohidrat terfermentasi, tetapi mengandung *fluor* dengan kadar bebas maksimal

yang diperbolehkan yaitu 500-1000 ppm. Pasta gigi mengurangi terjadinya penyakit gigi seperti karies, radang gusi, pembentukan kalkulus, atau sensitifitas gigi. Ukuran pasta gigi yang efektif digunakan untuk menyikat gigi adalah sebesar biji kacang tanah (6 mm) (Sukanto 2012).

TIK VI : Cara Menyikat Gigi yang Baik dan Benar

Menurut Gracia (2015), sesuai anjuran *American Dental Association* (2012), cara menyikat gigi yang baik dan benar adalah sebagai berikut:

1. Letakkan pasta gigi diatas bulu sikat sebesar biji kacang tanah (Sariningsih, 2012).
2. Tempatkan bulu sikat gigi bersudut 45 derajat menghadap gusi dan bersihkan seluruh permukaan depan gigi dengan gerakan ke atas dan ke bawah (secara vertikal).
3. Sikat seluruh permukaan kunyah gigi belakang pada rahang atas dan bawah dengan gerakan maju mundur.
4. Sikat permukaan dalam gigi pada gigi depan maupun gigi belakang dengan gerakan vertikal.
5. Sikat bagian permukaan atas lidah untuk membersihkan permukaan lidah dari sisa-sisa makanan yang menempel.
6. Berkumur hanya 1 (satu) kali (Sariningsih, 2012).

IV. Metode

1. Ceramah
2. Tanya jawab

V. Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)

No.	Kegiatan		Metode	Media	Waktu
	Penyuluh	Sasaran			
1.	Pembukaan - Mengucapkan salam - Memperkenalkan diri - Menyampaikan maksud dan tujuan - Apersepsi : “Adik-adik, siapa disini yang suka menyikat gigi	Menjawab salam Menyimak Menyimak Menjawab pertanyaan	Ceramah Tanya jawab	Lisan	2 menit

	<p>tapi giginya masih kotor?” Nah kalau ada, bisa jadi itu karena adik-adik belum mengetahui cara menyikat gigi yang baik dan benar. Disini kakak akan menjelaskan tentang menyikat gigi, pengertiannya, tujuannya, alatnya, sikat gigi yang baik, hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi, serta cara menyikat gigi yang baik dan benar. Dari pertanyaan tersebut, ada kaitannya dengan judul yang akan kakak sampaikan.</p>				
2.	<p>Penyampaian materi TIK I: Pengertian menyikat gigi</p> <p>TIK II: Tujuan menyikat gigi</p> <p>TIK III : Alat Meyikat Gigi</p> <p>TIK IV: Sikat gigi yang baik</p> <p>TIK V: Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi</p> <p>TIK VI: Cara menyikat gigi yang baik dan benar</p>	<p>Menyimak</p> <p>Menyimak</p> <p>Menyimak</p> <p>Menyimak</p> <p>Menyimak</p> <p>Menyimak</p>	<p>Ceramah Tanya jawab</p> <p>Ceramah Tanya jawab</p> <p>Ceramah Tanya jawab</p> <p>Ceramah Tanya jawab</p> <p>Ceramah Tanya jawab</p> <p>Ceramah Tanya jawab</p>	<p><i>Flash card</i></p> <p><i>Flash card</i></p> <p><i>Flash card</i></p> <p><i>Flash card</i></p> <p><i>Flash card</i></p> <p><i>Flash card</i></p>	<p>2 menit</p> <p>2 menit</p> <p>2 menit</p> <p>2 menit</p> <p>2 menit</p> <p>3 menit</p>
3.	Memberi kesempatan kepada sasaran untuk bertanya	Mengajukan pertanyaan	Tanya jawab	Lisan	2 menit
4.	Mengadakan evaluasi berupa pertanyaan	Menjawab pertanyaan	Tanya jawab	Lisan	1 menit
5.	<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menyimpulkan materi - Menyampaikan harapan 	<p>Menyimak</p> <p>Menyimak</p>	Ceramah	Lisan	2 menit

	- Mengucapkan salam dan terimakasih	Menjawab salam	Tanya jawab		
Total					20 menit

VI. Media

1. *Flashcard*

VII. Daftar Pustaka

Fitriyanti, 2021, Pengaruh Permainan Mozekgi (Monopoli *Puzzle* Kesehatan Gigi) terhadap Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Klayan Kecamatan Gunung Jati Kabupaten Cirebon, *Skripsi*, Tasikmalaya, Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.

Gracia, M, 2015, *Hypnosis in Dentistry: Cara Terbaik Melampaui Ketakutan Anda Saat ke Dokter Gigi*, Jakarta, Gramedia Pustaka Utama.

Hasyiru, F, Engkeng, S, dan Asrifuddin, A, 2019, Hubungan Perilaku Kesehatan Menggosok Gigi dengan Karies Gigi pada Anak di SD Impres Winangun Kota Manado, *Skripsi*, 255, Manado, Universitas Sam Ratulangi.

Lumempouw, N, Mintjelungan, C, N, dan Zuliari, K, 2017, Status Kebersihan Gigi dan Mulut berdasarkan Cara Menyikat Gigi dengan Teknik Kombinasi pada Anak Kidal dan Non Kidal, *Jurnal E-GIGI*, 5(1), Manado, Universitas Sam Ratulangi.

Nurafifah, D, 2016, Media Audio Visual dan Media Kartu Bergambar terhadap Kemampuan Menggosok Gigi pada Anak Pra Sekolah, *Surya*, 8(2), 1-5, Lamongan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.

Pintauli, S dan Taizo, H, 2012, *Menuju Gigi Dan Mulut Sehat*, Medan, USU press.

Rahmadhan, A, G, 2010, *Serba-serbi Kesehatan Gigi dan Mulut*, Jakarta, Bukune.

Sariningsih, E, 2012, *Merawat Gigi Anak Sejak Usia Dini*, Jakarta, Kompas Gramedia.

Sukanto, S, 2012, Metode Pemilihan Pasta Gigi Yang Tepat Untuk Anak Usia Dini, *Jurnal Majalah Kedokteran Gigi Insisiva*, 1(2), Yogyakarta, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Sukarsih, 2018, Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pemeliharaan Kesehatan Gigi dengan Status Karies pada Anak TK Al-Hikmah Kota Jambi Tahun 2018, *Jurnal Bahan Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 131-134, Jambi.

VIII. Evaluasi

1. Bentuk : Pertanyaan Langsung

2. Jenis : Lisan

Pertanyaan

1. Jelaskan pengertian menyikat gigi!
2. Jelaskan tujuan menyikat gigi!
3. Jelaskan alat menyikat gigi!
4. Jelaskan sikat gigi yang baik!
5. Jelaskan hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi!
6. Jelaskan cara menyikat gigi yang baik dan benar!

Jawaban:

1. Pengertian Menyikat Gigi

Menyikat gigi merupakan cara umum yang dianjurkan untuk membersihkan seluruh deposit lunak dan plak pada permukaan gigi dan gusi. Menyikat gigi adalah tindakan menghilangkan kotoran atau debris yang melekat pada permukaan gigi dan dilakukan pada pagi hari setelah sarapan serta malam hari sebelum tidur guna mengurangi resiko masalah kesehatan gigi.

2. Tujuan Menyikat Gigi

Menyikat gigi bertujuan untuk menghilangkan dan mencegah pembentukan plak dan debris, membersihkan sisa makanan yang menempel pada gigi, menstimulasi jaringan gusi, serta menghilangkan bau mulut. Menyikat gigi menstimulasi jaringan gusi dan melapisi permukaan gigi dengan *fluor*.

3. Alat Menyikat Gigi

Menyikat gigi memerlukan alat untuk membersihkan gigi dan mulut dari sisa makanan dan plak dengan tujuan mencegah terjadinya penyakit pada jaringan keras dan jaringan lunak gigi. Alat bantu menyikat gigi yang dinamakan alat fisioterapi oral bertujuan membersihkan gigi dan mulut dari sisa makanan dan debris. Alat bantu menyikat gigi adalah sikat gigi, benang gigi (*dental floss*), dan sikat interdental.

a. Sikat gigi

Sikat gigi adalah alat bantu fisioterapi oral yang digunakan untuk membersihkan gigi dan mulut. Sikat gigi yang digunakan untuk menyikat gigi efektif untuk membersihkan gigi dan mulut.

b. Benang Gigi (*dental floss*)

Benang gigi adalah alat bantu yang digunakan untuk membersihkan sela-sela gigi dari sisa makanan yang tidak terbersihkan saat menyikat gigi. Bulu sikat pada sikat gigi tidak dapat menjangkau sela-sela gigi dengan optimal. Penggunaan benang gigi perlu diperhatikan agar tidak menimbulkan luka pada sela-sela gigi.

c. Sikat Interdental

Sikat interdental sebagai alat bantu menyikat gigi mempunyai kelebihan yaitu dapat mencapai daerah belakang rahang dan sela-sela gigi.

4. Sikat Gigi yang Baik

Syarat sikat gigi yang baik adalah sebagai berikut:

a. Bulu Sikat Lembut

Bulu sikat padat dan lembut efektif untuk membersihkan gigi dan mulut tanpa merusak gusi.

b. Ukuran Kepala Sikat

Kepala sikat yang baik digunakan untuk menyikat gigi adalah kepala sikat yang kecil agar menjangkau seluruh bagian gigi.

c. Model Sikat

Sikat gigi yang digunakan untuk menyikat gigi disesuaikan dengan ukuran mulut dan nyaman digunakan.

d. Gagang Sikat

Gagang sikat yang digunakan untuk menyikat gigi tidak licin, sehingga sikat gigi dapat tetap digunakan dalam keadaan basah.

5. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam Menyikat Gigi

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi yaitu sebagai berikut:

a. Waktu Menyikat Gigi

Waktu terbaik untuk menyikat gigi adalah 2 kali sehari, yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Hal ini bertujuan untuk menjaga kondisi mulut

tetap bersih hingga waktu makan siang, serta pada waktu tidur jumlah air liur berkurang sehingga asam yang dihasilkan plak lebih pekat dan kemampuan merusak gigi lebih besar.

b. Kelembutan Menyikat Gigi

Menyikat gigi terlalu kasar atau gerakan yang terlalu panjang seperti menyikat 5-6 gigi sekaligus menyebabkan kerusakan pada gigi dan gusi. Tekanan yang digunakan adalah tekanan ringan.

c. Durasi Menyikat Gigi

Menyikat gigi yang tepat memerlukan waktu minimal 2 (dua) menit.

d. Waktu Mengganti Sikat Gigi

Sikat gigi tidak memiliki kemampuan untuk membersihkan gigi dengan baik, sehingga bila sikat gigi rusak atau sudah berusia 3 bulan, perlu diganti dengan yang baru. Bila bulu sikat sudah rusak sebelum 3 bulan, kemungkinan merupakan tanda menyikat gigi dilakukan dengan tekanan terlalu keras.

e. Pemeliharaan Kebersihan Sikat Gigi

Sikat gigi yang tidak dibersihkan menjadi tempat perkembangbiakan kuman dan jamur. Bersihkan sikat gigi dengan cara dibilas di bawah air mengalir. Keringkan sikat gigi setelah digunakan dan simpan sikat gigi dengan posisi kepala sikat berada di atas.

f. Pasta Gigi yang Mengandung *Fluor*

Penggunaan pasta gigi yang mengandung *fluor* berperan untuk mencegah kerusakan gigi. Pasta gigi adalah penunjang kegiatan menyikat gigi yang berfungsi untuk membantu menghilangkan plak, memoles permukaan gigi, memperkuat gigi, menghilangkan atau mengurangi bau mulut, memberikan rasa segar pada mulut, serta memelihara kesehatan gusi. Pasta gigi anak tidak mengandung sukrosa atau karbohidrat terfermentasi, tetapi mengandung *fluor* dengan kadar bebas maksimal yang diperbolehkan yaitu 500-1000 ppm. Pasta gigi mengurangi terjadinya penyakit gigi seperti karies, radang gusi, pembentukan kalkulus, atau sensitifitas gigi. Ukuran pasta gigi yang efektif digunakan untuk menyikat gigi adalah sebesar biji kacang tanah (6 mm).

6. Cara Menyikat Gigi yang Baik dan Benar

Cara menyikat gigi yang baik dan benar adalah sebagai berikut:

- a. Letakkan pasta gigi diatas bulu sikat sebesar biji kacang tanah.
- b. Tempatkan bulu sikat gigi bersudut 45 derajat menghadap gusi dan bersihkan seluruh permukaan depan gigi dengan gerakan ke atas dan ke bawah (secara vertikal).
- c. Sikat seluruh permukaan kunyah gigi belakang pada rahang atas dan bawah dengan gerakan maju mundur.
- d. Sikat permukaan dalam gigi pada gigi depan maupun gigi belakang dengan gerakan vertikal.
- e. Sikat bagian permukaan atas lidah untuk membersihkan permukaan lidah dari sisa-sisa makanan yang menempel.
- f. Berkumur hanya 1 (satu) kali.

IX. Pengembangan Materi

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Selamat pagi Adik-adik....!!! Bagaimana kabarnya hari ini? Semoga semuanya dalam keadaan sehat wal afiat. Perkenalkan nama kakak Intan Yustika Sari dari Politeknik Kesehatan Tasikmalaya Jurusan Keperawatan Gigi. Kakak datang kesini ingin berbagi pengetahuan kepada adik-adik sekalian tentang “Menyikat Gigi”.

Sebelumnya kakak mau tanya pada adik-adik sekalian, siapa disini yang suka menyikat gigi tapi merasa giginya masih kotor? Apa sih penyebabnya? Nah, itu bisa jadi karena adik-adik belum mengetahui cara menyikat gigi yang baik dan benar. Baiklah kalau begitu sekarang kakak akan menjelaskan tentang menyikat gigi, tujuannya, alatnya, sikat gigi yang baik, hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi, serta cara menyikat gigi yang baik dan benar. Disimak ya adik-adik!

Pertama kakak akan menjelaskan terlebih dahulu tentang pengertian menyikat gigi. Apa sih menyikat gigi itu? Menyikat gigi adalah tindakan untuk membersihkan plak/kotoran yang menempel di gigi.

Kedua ada tujuan menyikat gigi. Apa sih tujuannya? Memangnya menyikat gigi ada tujuannya ya? Tentu ada, adik-adik. Tujuan menyikat gigi itu diantaranya untuk menghilangkan plak, membersihkan sisa makanan yang menempel di gigi, menghilangkan bau mulut, merangsang jaringan gusi, dan melapisi permukaan gigi dengan *flour*. Nanti kakak jelaskan lebih lanjut mengenai apa itu *flour*, ya.

Tadi kan adik-adik sudah tahu apa itu menyikat gigi dan tujuannya. Selanjutnya, kakak akan menjelaskan tentang alat untuk menyikat gigi. Coba disini siapa yang tahu apa saja alat untuk menyikat gigi? Alat untuk menyikat gigi itu ada sikat gigi, benang gigi, dan sikat interdental. Kalau sikat gigi pasti adik-adik disini juga sudah tahu ya, sikat gigi itu alat untuk membersihkan gigi dan mulut yang biasa adik-adik gunakan di rumah. Kalau benang gigi itu alat untuk membersihkan sela-sela gigi dari sisa makanan yang tidak terbersihkan oleh sikat gigi. Nah kalau sikat interdental itu alat yang bisa membersihkan gigi sampai belakang rahang dan sela-sela gigi.

Adik-adik sudah tahu alat-alat untuk menyikat gigi, sekarang kakak akan menjelaskan tentang sikat gigi yang baik. Memilih sikat gigi itu tidak sembarangan lho adik-adik, ada syarat tertentu yang perlu diperhatikan dalam memilih sikat gigi yang baik dan benar. Syarat-syarat sikat gigi yang baik itu adalah bulu sikatnya harus lembut agar tidak merusak gusi, kepala sikatnya harus kecil agar menjangkau seluruh bagian gigi, model sikatnya harus disesuaikan dengan ukuran mulut dan nyaman digunakan, dan gagang sikatnya tidak boleh licin supaya tetap dapat digunakan dalam keadaan basah.

Lalu apa saja hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi selain pemilihan sikat gigi? Pertama adalah waktu menyikat gigi, yaitu 2 kali sehari pada pagi hari setelah sarapan agar mulut tetap bersih sampai waktu makan siang dan malam hari sebelum tidur karena jumlah air liur di malam hari itu berkurang sehingga kondisi mulut menjadi asam dan membuat gigi lebih cepat rusak. Kedua, menyikat giginya jangan terlalu kasar atau menyikat 5-6 gigi sekaligus, karena bisa merusak gigi dan gusi. Ketiga, lamanya menyikat gigi yaitu 2 menit. Keempat, ganti sikat gigi ketika sudah rusak atau maksimal

setiap 3 bulan sekali. Kelima, selalu bersihkan sikat gigi di bawah air mengalir, lalu keringkan dan simpan dengan posisi kepala sikat berada di atas. Terakhir, gunakan pasta gigi yang mengandung *fluor* karena *fluor* berfungsi untuk mencegah gigi rusak. Selain itu, *fluor* juga berfungsi menghilangkan plak, memoles permukaan gigi, memperkuat gigi, menghilangkan bau mulut, memberikan rasa segar pada mulut, mengurangi terjadinya karies, radang gusi, atau sensitifitas gigi, serta memelihara kesehatan gusi. Pengolesan pasta gigi yang benar adalah sebesar biji kacang tanah.

Kak, saya sudah melakukan semuanya tapi kok saya merasa gigi saya masih kotor ya? Nah kalau seperti itu, mungkin karena adik-adik sekalian belum mengetahui cara menyikat gigi yang baik dan benar. Kakak akan memberitahukan adik-adik cara menyikat gigi yang baik dan benar. Pertama, oleskan pasta gigi di atas bulu sikat sebesar biji kacang tanah, lalu tempatkan bulu sikat gigi bersudut 45 derajat menghadap gusi dan bersihkan seluruh permukaan depan gigi dengan gerakan ke atas ke bawah. Kemudian sikat seluruh permukaan kunyah gigi belakang pada rahang atas dan bawah dengan gerakan maju mundur. Setelah itu, sikat permukaan dalam gigi depan maupun belakang. Sikat juga permukaan atas lidah untuk membersihkan lidah dari sisa makanan yang menempel, dan diakhiri dengan kumur-kumur.

Baik adik-adik, mungkin hanya itu yang bisa kakak sampaikan, silahkan apakah ada yang ingin bertanya? Baik silahkan.

Alhamdulillah, materi yang kakak sampaikan telah selesai. Jadi kesimpulan singkatnya menyikat gigi adalah tindakan untuk membersihkan gigi dan mulut yang harus dilakukan dengan cara yang baik dan benar, untuk itu adik-adik harus senantiasa menjaga kebersihan gigi dan mulutnya supaya gigi adik-adik sekalian selalu bersih, sehat, dan kuat.

Adik-adik, kakak berharap apa yang tadi kakak sampaikan dapat di pahami, dimengerti dan di aplikasikan oleh adik-adik sekalian dalam kehidupan sehari-hari sehingga bermanfaat untuk kita semua.

Akhir kata, kakak mohon maaf apabila dalam penyampaian terdapat banyak kesalahan dan kekurangan. Terima kasih atas perhatiannya. Selalu jaga kebersihan gigi dan mulutnya, ya! Sampai bertemu di lain kesempatan!

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

MEDIA FLASHCARD



Menyikat Gigi

Pengertian Menyikat Gigi

**Menyikat gigi adalah
tindakan menghilangkan
kotoran/plak
yang melekat pada gigi**

Tujuan Menyikat Gigi

Mencegah pembentukan plak, membersihkan sisa makanan, menghilangkan bau mulut, menstimulasi jaringan gusi, dan melapisi permukaan gigi dengan fluor

Alat Menyikat Gigi



Sikat gigi



Benang gigi
(dental floss)



Sikat
interdental

Sikat Gigi yang Baik

1. Bulu sikat halus

2. Kepala sikat kecil

3. Model sikat sesuai ukuran mulut dan nyaman digunakan

4. Gagang sikat tidak licin

Hal-hal dalam Menyikat Gigi

- Menyikat gigi dengan tekanan ringan
- Menyikat gigi minimal 2 menit
- Mengganti sikat gigi maksimal 3 bulan sekali
- Menggunakan pasta gigi berfluor

Waktu Menyikat Gigi

2x sehari

Pagi
setelah
sarapan



Malam
sebelum
tidur

Pemeliharaan Sikat Gigi

- Cuci sikat gigi di bawah air mengalir
- Simpan di tempat kering dan bersih
- Kepala sikat disimpan menghadap ke atas



Cara Menyikat Gigi yang Baik dan Benar



Cara Menyikat Gigi yang Baik dan Benar

1. Letakkan pasta gigi di atas bulu sikat sebesar biji kacang tanah
2. Sikat bagian gigi depan dengan gerakan naik turun dan mulut terbuka
3. Sikat bagian kunyah gigi dengan gerakan maju mundur dan mulut terbuka
4. Sikat bagian dalam gigi depan dan belakang dengan gerakan vertikal
5. Sikat bagian atas lidah
6. Berkumur



LAMPIRAN 14

BIOGRAFI PENULIS

BIOGRAFI PENULIS



Intan Yustika Sari lahir di Tasikmalaya pada Tanggal 17 Juli 1999, merupakan putri pertama dari 2 bersaudara dari pasangan Bapak Drs. Agus Dadang Heri, S.Pd dan Ibu Reni Agustini, S.Pd.AUD. Saat ini bertempat tinggal di Kp. Cibeureum Rt. 02 Rw. 01 Ds./Kec. Tanjungjaya Kab. Tasikmalaya.

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. TK Harapanjaya : Tahun 2004-2006
2. SD N 1 Tanjungjaya : Tahun 2006-2012
3. SMP N 1 Padakembang : Tahun 2012-2015
4. SMA N 1 Singaparna : Tahun 2015-2018
5. Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya : Tahun 2018-2022
Program Studi Sarjana Terapan Terapi Gigi

PENGALAMAN ORGANISASI

1. Bendahara Bidang Minat dan Bakat Himpunan Mahasiswa Jurusan Kesehatan Gigi 2019-2020