

## **Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Gigi Dan Mulut Santriwati Melalui Penyuluhan Teknik Menyikat Gigi Modified Bass**

**Ria Febriany Darfis<sup>1</sup>, Sudirman Sanuddin<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> *Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan,*

*Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia*

[riadarfis@gmail.com](mailto:riadarfis@gmail.com), [sudirmansanuddin@gmail.com](mailto:sudirmansanuddin@gmail.com)

### **Abstract**

This community service activity aimed to improve students' knowledge and skills in the Modified Bass tooth brushing technique. A total of 54 female students participated in the health education program, which included lectures, demonstrations, and roleplay-based practice. The intervention used culturally adapted, non-digital educational media such as posters, leaflets, and projected videos. Results indicated significant improvement in participants' understanding and practical brushing skills. A total of 91% of participants reported increased confidence in applying the Modified Bass method, and 85.2% were able to demonstrate the technique correctly. This activity proves that participatory, practice-based education can be an effective strategy to improve oral health among female students in Islamic boarding schools.

Keywords: oral health, dental hygiene, Modified Bass, health promotion, boarding school student

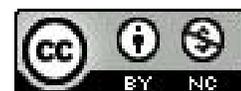
### **Abstrak**

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan santriwati dalam teknik menyikat gigi Modified Bass. Sebanyak 54 peserta mengikuti program edukasi kesehatan gigi yang dilaksanakan secara partisipatif melalui ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung. Penyuluhan menggunakan media non-digital yang disesuaikan dengan budaya, seperti poster, leaflet, dan video

### **Article history**

Received : Agustus 2025  
Reviewed: Agustus 2025  
Published: Agustus 2025

Plagiarism checker no 234  
Doi : prefix doi :  
10.8734/Nutricia.v1i2.365  
Copyright : Author  
Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

proyeksi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan praktik menyikat gigi. Sebanyak 91% peserta menyatakan lebih percaya diri dalam menerapkan teknik Modified Bass, dan 85,2% mampu mempraktikkan teknik dengan benar. Kegiatan ini membuktikan bahwa penyuluhan berbasis praktik dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kesehatan gigi santriwati di lingkungan pesantren.

Kata kunci: kesehatan gigi, kebersihan mulut, Modified Bass, promosi kesehatan, santriwati

## **Pendahuluan**

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian penting dari kesehatan umum yang berperan besar dalam mendukung kualitas hidup, baik dari aspek fungsional maupun psikososial. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa masalah gigi dan mulut dapat memengaruhi kemampuan seseorang untuk berbicara, makan, dan berinteraksi sosial secara optimal, sehingga berdampak pada harga diri dan produktivitas individu. Permasalahan utama dalam kesehatan gigi dan mulut adalah tingginya prevalensi karies gigi, plak, dan penyakit periodontal yang sebagian besar disebabkan oleh praktik kebersihan mulut yang tidak memadai, terutama menyikat gigi yang tidak efektif. Plak yang menumpuk merupakan faktor risiko utama terjadinya gingivitis dan periodontitis, dan keberadaannya seringkali tidak disadari karena tidak menimbulkan gejala pada tahap awal.

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi karies gigi aktif di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 88,8%, dengan kelompok usia remaja menunjukkan angka yang tinggi. Sementara itu, hasil survei nasional pada tahun 2023 mengungkap bahwa 83,6% remaja perempuan mengalami karies, menjadikannya kelompok dengan risiko tinggi. Di Kota Palopo, prevalensi karies pada santriwati juga mencerminkan situasi nasional. Berdasarkan hasil skrining kesehatan gigi yang dilakukan pada santriwati kelas 1 Pesantren Modern Datuk Sulaiman Putri pada Februari 2025, diketahui bahwa 82% dari mereka mengalami karies aktif. Ironisnya,

belum ada program edukasi rutin tentang kesehatan gigi yang terintegrasi dalam kegiatan pesantren, sehingga pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya dalam menyikat gigi, masih sangat terbatas.

Dalam kehidupan pesantren yang bercirikan kolektivitas dan jadwal padat, kebersihan pribadi, termasuk perawatan gigi dan mulut, sering kali menjadi aspek yang terabaikan. Pola hidup santri yang penuh dengan aktivitas keagamaan dan pembelajaran membuat alokasi waktu untuk perawatan diri menjadi minim. Selain itu, kurangnya pengawasan dari orang tua serta terbatasnya akses informasi kesehatan turut memperburuk kondisi tersebut. Berdasarkan observasi awal dan wawancara dengan pengasuh asrama, banyak santri yang menyikat gigi dengan cara horizontal atau menyikat hanya bagian depan gigi. Teknik menyikat ini tidak efektif dalam menghilangkan plak, terutama di daerah sulkus gingiva yang sulit dijangkau. Ketidaktahuan terhadap teknik menyikat yang benar menjadi salah satu penyebab utama tingginya indeks plak dan karies.

Salah satu teknik menyikat gigi yang direkomendasikan secara internasional untuk membersihkan plak secara efektif adalah teknik Modified Bass. Teknik ini menekankan pada sudut kemiringan 45 derajat terhadap garis gusi, gerakan vibrasi ringan, dan penyapuan ke arah mahkota gigi. Studi Stangvaltaite et al. (2022), menunjukkan bahwa teknik Modified Bass lebih efektif dalam mengurangi plak dan mencegah peradangan gusi dibandingkan teknik menyikat lainnya. Namun, pemahaman dan praktik teknik ini di kalangan remaja, khususnya di pesantren, masih sangat rendah. Oleh karena itu, diperlukan upaya penyuluhan dan pelatihan langsung yang disesuaikan dengan karakteristik institusi pendidikan Islam yang cenderung memiliki keterbatasan akses terhadap teknologi dan media digital.

Melihat urgensi permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk memberikan edukasi mengenai teknik menyikat gigi Modified Bass kepada santriwati kelas 1 di Pesantren Modern Datuk Sulaiman Putri. Pendekatan yang digunakan bersifat partisipatif dan demonstratif, memanfaatkan media analog seperti poster, leaflet, dan video proyeksi. Dengan metode pelatihan dalam kelompok kecil dan teknik roleplay, diharapkan peserta tidak hanya memahami konsep teoritis tetapi juga mampu menerapkannya secara langsung dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan akhir dari kegiatan ini adalah membentuk perilaku menyikat gigi yang benar dan berkelanjutan sehingga dapat menurunkan risiko penyakit gigi dan mulut di kalangan remaja pesantren.

## **Metode Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 7–12 Juli 2025 di Pesantren Modern Datuk Sulaiman Putri, Kota Palopo, Sulawesi Selatan. Sasaran utama program ini adalah santriwati kelas 1 SMP yang berjumlah 117 orang. Sebanyak 54 responden dipilih sebagai peserta kegiatan penyuluhan. Pemilihan ini mempertimbangkan efisiensi pelaksanaan pelatihan dalam kelompok kecil tanpa mengganggu aktivitas akademik dan keagamaan santri. Kelompok peserta dibagi ke dalam lima kelas dengan jumlah anggota masing-masing 10–12 orang agar pelaksanaan pelatihan lebih terfokus dan interaktif.

Intervensi dilakukan melalui penyuluhan, demonstrasi, dan pelatihan teknik menyikat gigi menggunakan metode Modified Bass. Setiap sesi berdurasi 60 menit dan terdiri dari tiga tahapan utama: (1) penyuluhan teori selama 20 menit mengenai pentingnya menjaga kebersihan mulut, risiko karies, dan teknik menyikat gigi yang benar; (2) demonstrasi selama 10 menit menggunakan alat bantu berupa model gigi (typodont), sikat gigi edukatif, serta media visual seperti poster dan video proyeksi; dan (3) praktik menyikat gigi secara langsung selama 30 menit dengan pendampingan fasilitator. Setiap peserta membawa sikat gigi pribadi dan melakukan simulasi langsung di depan cermin menggunakan air bersih. Praktik ini dilakukan secara bertahap dengan penguatan verbal dan koreksi teknik secara individual oleh tim pelaksana.

Media penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan ini disesuaikan dengan kondisi dan budaya pesantren yang belum sepenuhnya berbasis teknologi digital. Oleh karena itu, materi visual seperti flipchart, leaflet, poster berukuran besar, dan video singkat digunakan sebagai alat bantu edukatif yang mudah dipahami dan relevan secara konteks. Penilaian efektivitas intervensi dilakukan dengan observasi langsung terhadap praktik menyikat gigi, menggunakan checklist teknik Modified Bass yang mencakup empat indikator utama: posisi sikat (sudut 45° terhadap gusi), gerakan vibrasi, arah

sapuan ke mahkota gigi, dan durasi yang tepat. Evaluasi dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif dengan dokumentasi tertulis serta umpan balik dari peserta maupun pengasuh pesantren.

## **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan penyuluhan dan pelatihan teknik menyikat gigi Modified Bass yang dilakukan kepada 54 santriwati kelas 1 di Pesantren Modern Datuk Sulaiman Putri menunjukkan hasil yang sangat positif. Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung selama sesi praktik dan melalui umpan balik lisan dari peserta. Dari total peserta, sebanyak 49 orang (91%) menyatakan lebih percaya diri dalam menyikat gigi secara mandiri setelah mengikuti pelatihan. Selain itu, 46 peserta (85,2%) mampu mempraktikkan teknik Modified Bass dengan benar, sesuai dengan indikator checklist yang meliputi posisi sikat, sudut kemiringan, gerakan vibrasi, dan arah penyapuan ke arah mahkota gigi.

Tabel 1. Persepsi Santriwati Terhadap Pelatihan

<b>Indikator Persepsi</b>	<b>Jumlah Santriwati</b>	<b>Persentase (%)</b>
Percaya diri menyikat gigi setelah pelatihan	49	91.0
Menyikat gigi dua kali sehari pasca intervensi	45	83.3
Mengajarkan teknik ke teman yang belum mengikuti pelatihan	15	27.8

Tabel 2. Kemampuan Santriwati dalam Praktik Teknik Menyikat Gigi Modified Bass

<b>Aspek Teknik Menyikat</b>	<b>Jumlah Santriwati (n=54)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Menempatkan sikat pada sudut 45°	48	88.9
Gerakan vibrasi dilakukan benar	46	85.2
Gerakan menyapu dilakukan	46	85.2
Menyikat seluruh permukaan gigi	50	92.6



Gambar 1. Penyuluhan Per Kelompok



Gambar 2. Penyuluhan Pada Kelompok Lainnya



Gambar 3. Penyuluhan Per Orang Dengan Media Video



Gambar 4. Demonstrasi dan Role Play Teknik Menyikat Gigi Per Orang

Keberhasilan intervensi ini tidak lepas dari metode penyuluhan yang bersifat partisipatif dan praktis. Pelaksanaan dalam kelompok kecil memungkinkan fasilitator untuk memberikan perhatian individual dan umpan balik langsung. Pendekatan ini terbukti efektif dalam membentuk pemahaman dan keterampilan secara bertahap. Hal ini sejalan dengan temuan Prasetiowati & Purnomowati (2022) yang menunjukkan bahwa metode roleplay dan demonstrasi lebih unggul dalam meningkatkan keterampilan kebersihan mulut dibanding ceramah satu arah. Selain itu, suasana pesantren yang mendukung kedisiplinan turut memperkuat penerapan perilaku baru secara berkelanjutan.

Dari sisi media edukasi, penggunaan alat bantu visual seperti poster, leaflet, dan video singkat berkontribusi besar dalam menarik perhatian peserta dan memperjelas konsep abstrak menjadi lebih konkret. Keterbatasan teknologi digital di lingkungan pesantren tidak menjadi penghambat karena media analog yang digunakan telah disesuaikan secara kontekstual. Kemampuan peserta dalam menyerap informasi secara visual dan kinestetik melalui praktik langsung sangat membantu keberhasilan pelatihan. Hal ini sesuai dengan teori belajar multimodal yang menekankan pentingnya berbagai saluran penyampaian pesan dalam pendidikan kesehatan (Wilkins, 2017).

Tabel 3. Rangkuman Media dan Metode yang Digunakan

Jenis Media/Metode	Fungsi	Keterangan
Poster dan leaflet	Visualisasi langkah Modified Bass	Digunakan dalam demonstrasi dan roleplay
Video proyeksi	Memberikan contoh teknik secara dinamis	Disesuaikan dengan budaya lokal
Roleplay dan simulasi	Praktik langsung teknik menyikat	Dalam kelompok kecil, 5 sesi
Checklist observasi praktik	Evaluasi keterampilan teknik	4 indikator teknik Modified Bass

Hasil kegiatan ini juga mengindikasikan bahwa penyuluhan kesehatan gigi yang bersifat aplikatif dapat dijadikan bagian dari program orientasi siswa baru di pesantren. Penyuluhan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta, tetapi juga membentuk perilaku sehat yang berpotensi dipertahankan dalam jangka panjang. Jika dilakukan secara berkala dan sistematis, program semacam ini dapat menjadi strategi preventif yang efektif untuk menekan angka kejadian karies di lingkungan pendidikan tertutup. Dengan melibatkan pengasuh, guru, dan komunitas pesantren, upaya promosi kesehatan mulut bisa lebih terintegrasi dan berdampak luas.

### **Hasil**

Penyuluhan teknik Modified Bass dalam format edukatif, partisipatif, dan kontekstual terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan menyikat gigi santriwati. Teknik ini dapat diajarkan secara sederhana dengan metode interaktif dan pendekatan kelompok kecil. Program ini layak dijadikan model replikasi di institusi pendidikan sejenis, khususnya di lingkungan dengan keterbatasan akses media digital.

### **Ucapan Terima Kasih**

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Kesehatan, Universitas Mega Buana Palopo atas dukungannya, serta kepada pimpinan dan pengasuh Pesantren Modern Datuk Sulaiman Putri yang telah memberikan izin dan kerja sama selama pelaksanaan program.

## **Daftar Pustaka**

Adnyasari, N. L. P. S. M., Syahriel, D., & Haryani, I. G. A. D. (2023). Plaque control in periodontal disease. *Interdental Jurnal Kedokteran Gigi (IJKG)*.

Carranza, F. A., & Hogan, E. L. (2018). *Carranza's clinical periodontology* (13th ed.). Elsevier.

Deru, L. M., Syahrul, S., & Susanti, R. (2021). Pengaruh penyuluhan dengan metode demonstrasi terhadap perilaku menyikat gigi pada anak usia sekolah. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 8(1), 12–18. <https://doi.org/10.20473/jkg.v8i1.2021.12-18>

Green, J., & Tones, K. (2015). *Health promotion: Planning and strategies* (3rd ed.). SAGE Publications.

Hidayat, M., & Dahliana, L. (2021). Efektivitas dua tipe sikat gigi terhadap penurunan indeks plak pada pasien ortodonti cekat. *Journal of Medicine & Health*.

Hupp, J. R., Tucker, M. R., & Ellis, E. (2018). *Contemporary oral and maxillofacial surgery* (7th ed.). Elsevier.

Lestari, D., Melania, I. N., Eliyana, Y., Savitri, E. D., et al. (2022). Identifikasi pengetahuan dan penggunaan mouthwash antiseptik herbal pada remaja usia 15–24 tahun. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 12(4), 63–119.

Mahirawatie, I. C., Rahayu, R. F. P., & Suharnowo, H. (2021). Promosi kesehatan dengan media video tentang karies gigi pada remaja. *Jurnal Kesehatan Gigi dan Mulut (JKGM)*.

Ngatemi, N., Fadjeri, I., Widiyastuti, R., & Fanan, M. R. (2022). Edukasi makanan kariogenik untuk peningkatan pengetahuan pencegahan karies. *GEMAKES Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 11(4), 95–179.

Nield-Gehrig, J. S. (2020). *Foundations of periodontics for the dental hygienist* (5th ed.). Jones & Bartlett Learning.

Prasetiowati, L. E., & Purnomowati, R. D. (2022). Peningkatan keterampilan oral prophylaksis pada pondok pesantren. *Jompa Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 10(1), 16–183.

Pratiwi, E., Haryani, W., & Purwati, D. E. (2019). Pengaruh penyuluhan dengan flip-chart terhadap tingkat pengetahuan menyikat gigi. *Journal of Oral Health Care*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Ruslan, M. R. R., Mayasari, Y., & Asim, F. M. (2023). Gambaran pengetahuan, sikap dan tindakan kesehatan gigi mulut remaja usia 15 tahun. *e-GIGI*.

Saputri, D., Alibasyah, Z. M., & Munandar, H. (2023). Efektivitas grup WhatsApp sebagai media edukasi kesehatan gigi. *Cakradonya Dental Journal*, 11(1), 93–115.

Sharma, A., Gupta, V., & Singh, R. (2021). Comparative evaluation of toothbrushing techniques on plaque control in children. *International Journal of Dental Sciences and Research*, 9(1), 45–51.\*

Tahir, E. S., & Mulyono, P. (2025). Penyuluhan perawatan kesehatan gigi dan mulut pada remaja. *Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*.

Weng, C., Li, M., Zhang, J., & Chen, Y. (2023). Comparison of modified Bass, rolling, and current brushing techniques for plaque control. *Journal of Clinical Dentistry*, 34(2), 123–130.

Wilkins, E. M. (2017). *Clinical practice of the dental hygienist* (12th ed.). Wolters Kluwer.

Wilis, R., & Keumala, C. R. (2023). Hubungan perilaku menyikat gigi dengan kebersihan gigi dan mulut PHPM. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 16(4), 65–189.

Yusidana, Y., & Restusutati, T. (2020). Peningkatan pengetahuan kesehatan gigi melalui penyuluhan video animasi online. *MINDA BAHARU*, 15(3), 26–113.