

Lampiran 1

SATUAN ACARA PENYULUHAN

I. Identitas

Pokok Bahasan : Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut

Sub Pokok Bahasan :

1. Guna memelihara gigi
2. Cara-cara memelihara gigi
3. Alat-alat menyikat gigi
4. Syarat-syarat sikat gigi yang baik
5. Gerakan-gerakan menyikat gigi
6. Merawat sikat gigi
7. Waktu dan frekuensi menyikat gigi
8. Akibat tidak memelihara kesehatan gigi dan mulut

Sasaran : Siswa Kelas V

Waktu : 30 menit

II. Tujuan

A. Tujuan umum

Setelah diberikan penyuluhan tentang pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut siswa kelas V dapat memahami tentang pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut.

III. Materi Penyuluhan

1. Guna memelihara gigi

- a. Supaya gigi menjadi bersih dan sehat
 - b. Untuk menambah percaya diri karena memiliki gigi putih, bersih dan senyum yang sehat
 - c. Agar terhindar dari penyakit gigi dan mulut
 - d. Agar gigi dapat berfungsi dengan baik
2. Cara memelihara gigi
 - a. Menyikat gigi secara teratur pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur
 - b. Mengurangi makanan yang manis dan melekat, seperti permen coklat, dodol dan lain-lain
 - c. Memperbanyak mengonsumsi makanan yang berserat dan berair, seperti buah-buahan dan sayur-sayuran
3. Alat-alat menyikat gigi
 - a. Sikat gigi
 - b. Pasta gigi yang mengandung fluor
 - c. Gelas dan air kumur
 - d. Cermin
4. Syarat-syarat sikat gigi yang baik
 - a. Tangkainya lurus agar mudah dipegang
 - b. Kepala sikat mengecil sehingga dapat menjangkau bagian gigi yang sulit dibersihkan
 - c. Bulu sikat harus lembut dan rata supaya tidak melukai gusi
5. Gerakan-gerakan menyikat gigi
 - a. Menyikat gigi minimal 8-10 kali gerakan untuk setiap permukaan gigi

- b. Sikatlah gigi pada permukaan gigi depan rahang bawah yang menghadap ke lidah dengan gerakan dari arah gusi ke arah tumbuhnya gigi
- c. Sikatlah gigi pada permukaan gigi belakang rahang bawah yang menghadap ke lidah dengan gerakan dari arah gusi ke arah tumbuhnya gigi
- d. Sikatlah gigi pada permukaan gigi depan rahang atas yang menghadap ke langit-langit dengan gerakan dari arah gusi ke arah tumbuhnya gigi
- e. Sikatlah gigi pada permukaan gigi belakang rahang atas yang menghadap ke langit-langit dengan gerakan dari arah gusi ke arah tumbuhnya gigi

6. Merawat sikat gigi

- a. Setelah menyikat gigi bersihkan sikat gigi dibawah air yang mengalir, gosoklah dengan jari pada bagian yang kontak dengan mulut
- b. Setelah dibersihkan, sikat gigi dikibas-kibaskan
- c. Letakkan pada tempat yang kering dan posisi kepala sikat berada diatas

7. Waktu dan frekuensi menyikat gigi

Frekuensi menyikat gigi yang benar adalah minimal dua kali sehari, dengan waktu yang tepat menyikat gigi adalah pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur.

8. Akibat tidak memelihara kesehatan gigi dan mulut

a. Bau mulut

Bau mulut merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan, apabila pada saat berbicara dengan orang lain mengeluarkan bau tidak sedap yang disebabkan oleh sisa-sisa makanan yang membusuk di dalam mulut (Tarigan, 2013)

b. Karang gigi

Karang gigi merupakan jaringan keras yang melekat erat pada gigi yang terdiri dari bahan-bahan mineral. Karang gigi merupakan suatu faktor iritasi terhadap gusi sehingga dapat menyebabkan peradangan pada gusi (Tarigan, 2013)

c. Gusi berdarah

Penyebab gusi berdarah karena kebersihan gigi dan mulut kurang baik, sehingga terbentuk plak pada permukaan gigi dan gusi. Bakteri-bakteri pada plak menghasilkan racun yang merangsang gusi sehingga mengakibatkan radang gusi dan gusi mudah berdarah (Tarigan, 2013)

d. Gigi berlubang

Gigi berlubang merupakan penyebab paling umum sakit gigi. Lubang pada gigi terjadi karena produksi asam laktat oleh bakteri sebagai hasil fermentasi karbohidrat, glukosa, dan sukrosa. Gigi berlubang paling sering terjadi pada anak-anak (Pratiwi, 2013)

Lampiran 2

Lembar Soal

Gambaran Pengetahuan Tentang Cara Memelihara
Kebersihan Gigi Dan Mulut Sebelum
Penyuluhan

(Studi Dilakukan Pada Siswa Kelas V SDN 4 Tegallalang Tahun 2019)

No Responden :

Nama :

Kelas :

Umur :

Jawaban Pertanyaan Berikut Dengan Melingkari Huruf A, B, C, Atau D Untuk Jawaban Yang Paling Benar !

1. Guna memelihara kesehatan gigi dan mulut adalah ...
 - a. Mulut terasa segar
 - b. Gusi berwarna merah
 - c. Gigi menjadi sehat
 - d. Gigi tampak putih

2. Agar gigi tetap sehat, sebaiknya ...
 - a. Menyikat gigi secara teratur
 - b. Mengonsumsi makanan manis
 - c. Memeriksa gigi kalau sedang sakit
 - d. Mengurangi makan buah-buahan

3. Waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah ...
 - a. Pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur
 - b. Pagi setelah sarapan dan sore sambil mandi

- c. Pagi sebelum sarapan dan sore sambil mandi
 - d. Pagi sambil mandi dan malam sebelum tidur hari
4. Setiap hari, paling sedikit kita menyikat gigi sebanyak ...
- a. Sekali
 - b. Dua kali
 - c. Tiga kali
 - d. Empat kali
5. Untuk membersihkan sisa makanan yang berada di sela-sela gigi, terutama yang sulit dibersihkan dengan sikat gigi, dapat digunakan ...
- a. Benang gigi
 - b. Jarum
 - c. Kapas
 - d. Tusuk gigi
6. Pasta gigi yang baik untuk membantu menguatkan gigi adalah yang mengandung ...
- a. Kalsium
 - b. Fluor
 - c. Mineral
 - d. Karbohidrat
7. Untuk bagian gigi yang menghadap ke bibir, gerakan sikat gigi yang baik dan benar adalah ...
- a. Naik turun
 - b. Maju mundur
 - c. Mencongkel
 - d. Agak memutar
8. Bagian gigi yang menghadap ke lidah, sebaiknya disikat dengan gerakan ...
- a. Naik turun
 - b. Maju mundur
 - c. Mencongkel

- d. Agak memutar
9. Bagian pengunyahan, sebaiknya disikat dengan gerakan ...
- a. Naik turun
 - b. Maju mundur
 - c. Mencongkel
 - d. Agak memutar
10. Untuk mencegah penyakit gigi menjadi lebih parah, maka sebaiknya gigi diperiksa secara rutin paling sedikit setiap ...
- a. Enam tahun
 - b. Merasa sakit
 - c. Enam bulan
 - d. Enam minggu

Lampiran 3

Lembar Soal

Gambaran Pengetahuan Tentang Cara Memelihara
Kebersihan Gigi Dan Mulut Setelah
Penyuluhan

(Studi Dilakukan Pada Siswa Kelas V SDN 4 Tegallalang Tahun 2019)

No Responden :

Nama :

Kelas :

Umur :

Jawaban Pertanyaan Berikut Dengan Melingkari Huruf A, B, C, Atau D Untuk Jawaban Yang Paling Benar !

11. Guna memelihara kesehatan gigi dan mulut adalah ...

- e. Mulut terasa segar
- f. Gusi berwarna merah
- g. Gigi menjadi sehat
- h. Gigi tampak putih

12. Agar gigi tetap sehat, sebaiknya ...

- e. Menyikat gigi secara teratur
- f. Mengonsumsi makanan manis
- g. Memeriksa gigi kalau sedang sakit
- h. Mengurangi makan buah-buahan

13. Waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah ...

- e. Pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur
- f. Pagi setelah sarapan dan sore sambil mandi

- g. Pagi sebelum sarapan dan sore sambil mandi
 - h. Pagi sambil mandi dan malam sebelum tidur hari
14. Setiap hari, paling sedikit kita menyikat gigi sebanyak ...
- e. Sekali
 - f. Dua kali
 - g. Tiga kali
 - h. Empat kali
15. Untuk membersihkan sisa makanan yang berada di sela-sela gigi, terutama yang sulit dibersihkan dengan sikat gigi, dapat digunakan ...
- e. Benang gigi
 - f. Jarum
 - g. Kapas
 - h. Tusuk gigi
16. Pasta gigi yang baik untuk membantu menguatkan gigi adalah yang mengandung ...
- e. Kalsium
 - f. Fluor
 - g. Mineral
 - h. Karbohidrat
17. Untuk bagian gigi yang menghadap ke bibir, gerakan sikat gigi yang baik dan benar adalah ...
- e. Naik turun
 - f. Maju mundur
 - g. Mencongkel
 - h. Agak memutar
18. Bagian gigi yang menghadap ke lidah, sebaiknya disikat dengan gerakan ...
- e. Naik turun
 - f. Maju mundur
 - g. Mencongkel

h. Agak memutar

19. Bagian pengunyahan, sebaiknya disikat dengan gerakan ...

e. Naik turun

f. Maju mundur

g. Mencongkel

h. Agak memutar

20. Untuk mencegah penyakit gigi menjadi lebih parah, maka sebaiknya gigi diperiksa secara rutin paling sedikit setiap ...

e. Enam tahun

f. Merasa sakit

g. Enam bulan

h. Enam minggu

Lampiran 4

Kunci Jawaban Lembar Soal

Gambaran Pengetahuan Tentang Cara Memelihara
Kebersihan Gigi Dan Mulut Sebelum Dan
Setelah Penyuluhan

(Studi Dilakukan Pada Siswa Kelas V SDN 5 Tegallalang Tahun 2019)

1. C
2. A
3. A
4. B
5. A
6. B
7. A
8. C
9. B
10. C

Lampiran 5

JADWAL PENELITIAN

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG CARA MEMELIHARA KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT PADA SISWA KELAS V SDN TEGALLALANG TAHUN 2019

No	Kegiatan	Bulan																				Keterangan
		Maret				April				Mei				Juni				Juli				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1	Bimbingan Seminar	■																				
2	Seminar Proposal									■												
3	Pengurusan Ijin Penelitian											■										
4	Penelitian													■								
5	Pengumpulan Data, Bimbingan Hasil Pembahasan, Kesimpulan, Saran													■								
6	Ujian Laporan																	■				
7	Perbaikan Laporan KTI																			■		
8	Penyerahan KTI																				■	

TABEL INDUK

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG CARA MEMELIHARA KEBERSIHAN
GIGI DAN MULUT PADA SISWA KELAS V SDN 4
TEGALLALANG TAHUN 2019**

No	Umur	L / P	Hasil Pre Test										Hasil Post Test										Total Hasil Jawaban Benar Pre Test	Kategori	Total Hasil Jawaban Benar Post Test	Kategori
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
1	11 Th	L	S	B	B	S	B	S	B	S	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	40	GAGAL	100	SANGAT BAIK	
2	11 Th	P	S	B	B	B	S	B	B	S	B	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	60	CUKUP	90	SANGAT BAIK	
3	11 Th	L	B	B	B	S	B	S	B	S	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	60	CUKUP	100	SANGAT BAIK	
4	11 Th	L	B	S	B	S	S	S	B	S	S	S	B	S	B	S	B	B	S	B	B	30	GAGAL	70	BAIK	
5	11 Th	L	B	B	B	B	S	B	S	S	S	B	B	B	B	B	B	S	S	B	B	60	CUKUP	80	SANGAT BAIK	
6	11 Th	L	B	B	B	S	B	S	S	S	B	S	B	B	B	S	B	B	S	B	B	50	KURANG	80	SANGAT BAIK	
7	12 Th	L	B	B	B	B	S	S	B	S	B	S	B	B	B	B	B	S	B	B	B	60	CUKUP	90	SANGAT BAIK	
8	11 Th	L	S	B	S	S	S	B	S	S	S	S	S	B	B	B	B	B	S	B	B	20	GAGAL	80	SANGAT BAIK	
9	10 Th	L	B	B	B	S	S	B	S	S	S	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	40	GAGAL	90	SANGAT BAIK	
10	12 Th	P	B	B	B	B	B	B	B	S	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	70	BAIK	100	SANGAT BAIK	

No	Umur	L / P	Hasil Pre Test										Hasil Post Test										Total Hasil Jawaban Benar Pre Test	Kategori	Total Hasil Jawaban Benar Post Test	Kategori
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
11	11 Th	P	S	B	S	B	S	S	S	S	B	B	B	B	B	B	S	S	S	B	40	GAGAL	70	BAIK		
12	11 Th	P	S	B	B	S	B	S	S	S	S	S	B	B	B	B	B	S	S	S	S	30	GAGAL	60	CUKUP	
13	12 Th	L	S	B	B	S	S	S	B	S	B	B	S	B	B	B	S	B	B	B	B	50	KURANG	80	SANGAT BAIK	
14	11 Th	P	S	B	B	B	S	S	B	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	50	KURANG	100	SANGAT BAIK	
15	11 Th	P	B	B	B	B	S	S	S	B	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	60	CUKUP	100	SANGAT BAIK	
16	11 Th	P	B	B	B	B	S	B	S	S	S	S	B	B	B	B	S	B	B	B	B	50	KURANG	90	SANGAT BAIK	
17	11 Th	P	B	B	B	B	S	S	S	S	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	50	KURANG	100	SANGAT BAIK	
18	11 Th	P	B	B	S	S	S	S	B	S	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	30	GAGAL	100	SANGAT BAIK	
19	10 Th	P	B	B	B	B	S	S	B	S	B	S	B	B	B	S	B	B	S	B	B	60	CUKUP	80	SANGAT BAIK	
20	11 Th	P	S	B	B	B	S	S	B	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	60	CUKUP	100	SANGAT BAIK	
21	11 Th	P	B	B	B	B	S	S	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	70	BAIK	100	SANGAT BAIK	
22	11 Th	P	B	B	B	B	S	S	B	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	60	CUKUP	100	SANGAT BAIK	
23	11 Th	P	B	B	B	S	S	B	B	S	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	60	CUKUP	100	SANGAT BAIK	
24	11 Th	P	B	B	B	S	S	B	B	S	S	B	S	B	B	B	B	B	B	B	B	60	CUKUP	90	SANGAT BAIK	
25	11 Th	P	S	B	B	B	S	S	B	S	S	S	S	B	B	B	S	B	B	B	B	40	GAGAL	80	SANGAT BAIK	
26	11 Th	P	B	B	B	B	S	B	S	S	S	S	B	B	B	B	B	B	B	S	B	50	KURANG	90	SANGAT BAIK	

No.	Umur	L / P	Hasil Pre Test										Hasil Post Test										Total Hasil Jawaban Benar Pre Test	Kategori	Total Hasil Jawaban Benar Post Test	Kategori
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
27	10 Th	P	B	B	B	B	S	S	S	S	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	40	GAGAL	100	SANGAT BAIK
28	10 Th	P	S	B	B	B	S	S	S	S	S	S	S	B	B	B	B	B	S	S	B	B	30	GAGAL	70	BAIK
29	12 Th	P	B	B	S	B	B	S	B	S	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	50	KURANG	100	SANGAT BAIK
30	11 Th	P	S	B	B	B	B	S	B	S	S	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	60	CUKUP	100	SANGAT BAIK
JUMLAH																							1490		2690	

Keterangan:

B : Benar

S : Salah