

TANGAN YANG MEMBERI, SENYUM YANG BERBAGI: MERAWAT KEBERSIHAN GIGI SEBAGAI SEDEKAH JARIYAH

Sari Aldilawati¹, Syarifa Raehana², Audy Anugrah³, Arnis Yuniar Pasa⁴

¹Departemen Ilmu Kesehatan Gigi Masyarakat dan Pencegahan, Fakultas Kedokteran Gigi,
Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

³Fakultas Agama Islam, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

^{4,5}Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Submitted : 7 June 2026
Accepted : 16 June 2026
Published : 17 June 2026

KEYWORDS

Pengabdian masyarakat,
kesehatan gigi dan mulut,
penyuluhan, sedekah jariyah,
perilaku kesehatan.

CORRESPONDENCE

E-mail: sharyaldila@umi.ac.id
raehana@umi.ac.id

A B S T R A C T

Latar Belakang: Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian penting dari kesehatan umum yang berpengaruh terhadap kenyamanan, kepercayaan diri, serta kualitas hidup seseorang. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pemeliharaan kesehatan gigi masih menjadi salah satu faktor penyebab tingginya kejadian karies dan penyakit periodontal. Dalam ajaran Islam, berbagi ilmu yang bermanfaat kepada sesama termasuk amal jariyah yang pahalanya terus mengalir. Edukasi kesehatan gigi dapat menjadi salah satu bentuk implementasi nilai tersebut dengan memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat. **Metode:** Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui penyuluhan kesehatan gigi dan mulut, demonstrasi teknik menyikat gigi yang benar, diskusi interaktif, serta sesi tanya jawab. Sasaran kegiatan adalah masyarakat Kelurahan Mariso Kota Makassar. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner yang mengukur aspek pengetahuan, sikap, dan tindakan peserta mengenai kesehatan gigi dan mulut. **Hasil:** Kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari peserta. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut, waktu menyikat gigi yang tepat, dampak makanan kariogenik, serta pentingnya pemeriksaan gigi secara berkala. Sebagian besar peserta menunjukkan sikap positif terhadap upaya pemeliharaan kesehatan gigi setelah mengikuti penyuluhan. **Kesimpulan:** Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut dengan tema “*Tangan yang Memberi, Senyum yang Berbagi: Merawat Kebersihan Gigi sebagai Sedekah Jariyah*” efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat. Kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat kesehatan tetapi juga menumbuhkan semangat berbagi ilmu sebagai bentuk sedekah jariyah yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang harus dipelihara untuk mencapai kualitas hidup yang optimal. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan kesehatan sebagai keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial, serta bukan hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan.⁶ Salah satu aspek kesehatan yang memiliki peran penting tetapi sering kali kurang mendapat perhatian adalah kesehatan gigi dan mulut.

Kesehatan gigi dan mulut berperan dalam menunjang fungsi pengunyahan, berbicara, serta penampilan seseorang. Kondisi rongga mulut yang tidak sehat dapat menimbulkan berbagai masalah, seperti karies gigi, penyakit periodontal, bau mulut, hingga gangguan

kualitas hidup. Kebiasaan menjaga kebersihan gigi yang baik terbukti berhubungan dengan rendahnya kejadian karies dan penyakit jaringan pendukung gigi.⁵

Salah satu penyebab utama gangguan kesehatan gigi dan mulut adalah penumpukan plak akibat kurang optimalnya kebersihan rongga mulut. Plak merupakan lapisan lunak yang mengandung berbagai mikroorganisme dan melekat pada permukaan gigi. Apabila tidak dibersihkan secara teratur, plak dapat menyebabkan demineralisasi email gigi yang berlanjut menjadi karies serta memicu terjadinya peradangan jaringan periodontal.¹

Selain memiliki manfaat kesehatan, menjaga kebersihan gigi dan mulut juga memiliki nilai penting dalam ajaran Islam. Islam mengajarkan umatnya untuk menjaga kebersihan sebagai bagian dari keimanan. Kebersihan tidak hanya mencakup kebersihan lingkungan, tetapi juga kebersihan diri, termasuk kebersihan gigi dan mulut. Rasulullah SAW sangat menganjurkan umatnya untuk menjaga kebersihan rongga mulut melalui penggunaan siwak dan menjaga kebersihan sebelum melaksanakan ibadah.³

Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Baqarah ayat 222:

"Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri."

Ayat tersebut menunjukkan bahwa menjaga kebersihan merupakan salah satu amalan yang dicintai oleh Allah SWT. Penelitian yang dilakukan oleh Owens dan Sami menjelaskan bahwa Al-Qur'an dan Sunnah memberikan perhatian yang besar terhadap kesehatan mulut karena berhubungan dengan kebersihan, kesehatan, serta kualitas ibadah seorang muslim.³

Dalam kehidupan sosial, kesehatan gigi dan mulut juga berperan dalam menciptakan kenyamanan saat berinteraksi dengan orang lain. Bau mulut yang tidak sedap akibat kurangnya kebersihan rongga mulut dapat mengganggu komunikasi dan menurunkan rasa percaya diri seseorang. Oleh karena itu, menjaga kesehatan gigi dan mulut tidak hanya memberikan manfaat bagi diri sendiri tetapi juga bagi lingkungan sekitar.²

Konsep "*Tangan yang Memberi, Senyum yang Berbagi: Merawat Kebersihan Gigi sebagai Sedekah Jariah*" merupakan upaya mengintegrasikan edukasi kesehatan dengan nilai-nilai keagamaan. Berbagi ilmu yang bermanfaat termasuk salah satu bentuk amal jariyah yang pahalanya terus mengalir meskipun pemberinya telah tiada. Dengan memberikan edukasi mengenai kesehatan gigi dan mulut kepada masyarakat, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku hidup sehat, serta terbentuknya kesadaran untuk meneruskan informasi tersebut kepada orang lain sehingga manfaatnya dapat dirasakan secara berkelanjutan.²⁴

METODE PELAKSANAAN

Solusi dan Target Luaran

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut. Selain itu, kegiatan ini diharapkan dapat menanamkan kesadaran bahwa berbagi informasi kesehatan kepada sesama merupakan bentuk sedekah jariyah yang memberikan manfaat berkelanjutan.

Target luaran yang diharapkan meliputi:

1. Meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang kesehatan gigi dan mulut.
2. Meningkatnya kesadaran untuk menjaga kebersihan gigi secara rutin.
3. Terbentuknya perilaku hidup sehat terkait kesehatan rongga mulut.
4. Terciptanya agen edukasi kesehatan di lingkungan masyarakat.

Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan di kompleks SD Inpres Mariso I & II, Kelurahan Mariso, Kota Makassar, Sulawesi Selatan pada tanggal 20 Mei 2026. Peserta terdiri atas masyarakat setempat yang hadir secara sukarela dalam kegiatan penyuluhan kesehatan.



Gambar 1 . SD Inpres Mariso I & II

Metode Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 20 Mei 2026 di SD Inpres Mariso I & II, Kelurahan Mariso, Kota Makassar. Sasaran kegiatan adalah masyarakat yang hadir secara sukarela dalam kegiatan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui penyuluhan menggunakan media presentasi PowerPoint, demonstrasi cara menyikat gigi yang benar, serta evaluasi melalui kuesioner pre-test dan post-test.

Tahap 1. Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan melakukan koordinasi dengan pihak lokasi kegiatan untuk menentukan waktu dan teknis pelaksanaan penyuluhan. Selanjutnya tim pengabdian menyusun materi edukasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut, teknik menyikat gigi yang benar, pencegahan karies gigi, serta hubungan menjaga kesehatan gigi dengan nilai-nilai sedekah jariyah. Selain itu, tim juga mempersiapkan media penyuluhan berupa PowerPoint, model gigi, sikat gigi, dan lembar kuesioner evaluasi.

Tahap 2. Pembagian Kuesioner Awal (*Pre-Test*)

Sebelum penyampaian materi, seluruh peserta diminta mengisi kuesioner pre-test yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai kesehatan gigi dan mulut. Kuesioner berisi pertanyaan terkait kebiasaan menyikat gigi, penyebab karies, waktu menyikat gigi yang tepat, serta pentingnya pemeriksaan gigi secara berkala.



Gambar 2. Pembagian dan pengisian kuisisioner (Pre-test)

Tahap 3. Pelaksanaan Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan dilakukan melalui metode menggunakan media PowerPoint yang disampaikan secara interaktif. Materi yang diberikan meliputi pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut, faktor penyebab karies dan penyakit gusi, teknik menyikat gigi yang benar, waktu yang tepat untuk menyikat gigi, serta pentingnya menjaga kebersihan rongga mulut sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup.



Gambar 3. Penyuluhan mengenai "Tangan yang memberi, senyum yang berbagi : merawat kebersihan gigi sebagai sedekah jariyah"

Tahap 4. Diskusi dan Tanya Jawab

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Pada tahap ini peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan maupun pengalaman terkait permasalahan kesehatan gigi dan mulut yang dialami sehari-hari.



Gambar 4. Diskusi dan Tanya Jawab

Tahap 5. Pembagian Kuesioner Akhir (*Post-Test*)

Setelah seluruh rangkaian penyuluhan selesai dilaksanakan, peserta kembali diminta mengisi kuesioner post-test. Kuesioner ini digunakan untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah memperoleh edukasi kesehatan gigi dan mulut. Hasil pre-test dan post-test kemudian dibandingkan untuk melihat efektivitas kegiatan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut.



*Gambar 5. Pembagian dan pengisian kuisisioner (*Post-test*)*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan diikuti oleh 30 peserta yang terdiri dari laki-laki dan perempuan dengan rentang usia dewasa hingga lanjut usia. Selama kegiatan berlangsung peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan aktif mengikuti penyampaian materi dan sesi diskusi.

Pengetahuan Peserta

Tabel 1. Distribusi Jawaban Responden pada Aspek Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut Sebelum dan Sesudah Edukasi (n=30)

Item	Pretest Ya n (%)	Pretest Tidak n (%)	Posttest Ya n (%)	Posttest Tidak n (%)
Menyikat gigi 2 kali sehari	23 (76,7)	7 (23,3)	27 (90,0)	3 (10,0)
Menggunakan pasta gigi berfluor	19 (63,3)	11 (36,7)	25 (83,3)	5 (16,7)



Buah berserat dan berair baik untuk kesehatan gigi	23 (76,7)	7 (23,3)	28 (93,3)	2 (6,7)
Makanan manis dan lengket menyebabkan gigi berlubang	26 (86,7)	4 (13,3)	28 (93,3)	2 (6,7)
Penggunaan tusuk gigi untuk membersihkan sela gigi	18 (60,0)	12 (40,0)	13 (43,3)	17 (56,7)

Berdasarkan Tabel 1, terjadi peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan gigi dan mulut. Persentase jawaban yang sesuai meningkat pada hampir seluruh item pertanyaan. Peningkatan terbesar terlihat pada item penggunaan pasta gigi berfluor, dari 63,3% pada pretest menjadi 83,3% pada posttest. Selain itu, pengetahuan mengenai manfaat buah berserat dan berair serta makanan manis dan lengket sebagai penyebab gigi berlubang meningkat menjadi 93,3% pada posttest. Pada item penggunaan tusuk gigi, persentase jawaban “Ya” menurun dari 60,0% menjadi 43,3%, yang menunjukkan peningkatan pemahaman responden mengenai cara yang tepat dalam membersihkan sela-sela gigi.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memahami pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Peserta mampu menjelaskan bahwa menyikat gigi minimal dua kali sehari, terutama setelah sarapan dan sebelum tidur, merupakan langkah penting dalam mencegah penyakit gigi.

Mayoritas peserta juga memahami bahwa konsumsi makanan manis secara berlebihan dapat meningkatkan risiko terjadinya karies gigi. Selain itu, peserta mengetahui pentingnya penggunaan pasta gigi berfluor untuk membantu menjaga kesehatan gigi.

Sikap Peserta

Tabel 2. Distribusi Jawaban Responden pada Aspek Perilaku Kesehatan Gigi dan Mulut Sebelum dan Sesudah Edukasi (n=30)

Item	Pretest Ya n (%)	Pretest Tidak n (%)	Posttest Ya n (%)	Posttest Tidak n (%)
Menyikat gigi hingga gusi berdarah	13 (43,3)	17 (56,7)	4 (13,3)	26 (86,7)
Membersihkan karang gigi tiap 6 bulan sekali	20 (66,7)	10 (33,3)	27 (90,0)	3 (10,0)
Mengunyah dengan kedua sisi rahang	13 (43,3)	17 (56,7)	9 (30,0)	21 (70,0)
Memeriksa gigi berlubang yang sakit ke dokter gigi	20 (66,7)	10 (33,3)	28 (93,3)	2 (6,7)
Menyukai makanan manis dan minuman manis	18 (60,0)	12 (40,0)	16 (53,3)	14 (46,7)



Pada aspek perilaku kesehatan gigi dan mulut, hasil pretest dan posttest menunjukkan adanya perubahan perilaku responden ke arah yang lebih baik setelah diberikan edukasi. Pada item membersihkan karang gigi setiap 6 bulan, persentase jawaban “Ya” meningkat dari 66,7% pada pretest menjadi 90,0% pada posttest. Peningkatan juga terlihat pada item memeriksakan gigi berlubang yang sakit ke dokter gigi, yaitu dari 66,7% menjadi 86,7%. Sementara itu, persentase responden yang menjawab “Ya” pada item menyikat gigi hingga gusi berdarah menurun dari 43,3% menjadi 13,3%, yang menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap perilaku menyikat gigi yang benar. Pada item menyukai makanan dan minuman manis, persentase jawaban “Ya” menurun dari 60,0% menjadi 53,3%. Selain itu, persentase responden yang menjawab “Ya” pada item mengunyah dengan kedua sisi rahang berubah dari 43,3% menjadi 30,0%. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan perilaku responden dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Peserta menunjukkan sikap positif terhadap upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut. Sebagian besar menyatakan kesediaan untuk menerapkan kebiasaan menyikat gigi yang benar dan melakukan pemeriksaan gigi secara berkala.

Peserta juga menyadari bahwa kesehatan gigi dan mulut memiliki kaitan erat dengan kenyamanan dalam beribadah maupun berinteraksi sosial. Bau mulut dan kondisi rongga mulut yang tidak sehat dapat mengurangi kenyamanan diri sendiri maupun orang lain.

Tindakan Peserta

Tabel 3. Distribusi Jawaban Responden pada Aspek Tindakan Kesehatan Gigi dan Mulut Sebelum dan Sesudah Edukasi (n=30)

Item	Pretest Ya n (%)	Pretest Tidak n (%)	Posttest Ya n (%)	Posttest Tidak n (%)
gerakan horizontal pada gigi depan	27 (90,0)	3 (10,0)	28 (93,3)	2 (6,7)
berkumur dengan air putih setelah makan	26 (86,7)	4 (13,3)	27 (90,0)	3 (10,0)
Rutin ke dokter gigi untuk membersihkan karang gigi	19 (63,3)	11 (36,7)	22 (73,3)	8 (26,7)
Mengganti sikat gigi setiap 6 bulan	24 (80,0)	6 (20,0)	26 (86,7)	4 (13,3)
Memeriksakan gigi saat sakit gigi	20 (66,7)	10 (33,3)	22 (73,3)	8 (26,7)

Berdasarkan Tabel 3, terdapat peningkatan tindakan kesehatan gigi dan mulut setelah pemberian edukasi. Persentase jawaban “Ya” meningkat pada hampir seluruh item pertanyaan. Peningkatan terlihat pada item berkumur dengan air putih setelah makan, rutin ke dokter gigi untuk membersihkan karang gigi, mengganti sikat gigi setiap 6 bulan, dan memeriksakan gigi saat sakit gigi. Persentase tertinggi baik pada pretest maupun posttest terdapat pada item gerakan horizontal pada gigi depan, yaitu 90,0% dan 93,3%. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan gigi dan mulut memberikan dampak positif terhadap peningkatan tindakan responden dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Berdasarkan hasil diskusi, sebagian besar peserta telah memiliki kebiasaan menyikat gigi setiap hari. Namun masih ditemukan beberapa peserta yang belum rutin melakukan pemeriksaan ke dokter gigi setiap enam bulan sekali.

Setelah mendapatkan edukasi, peserta menyatakan komitmennya untuk meningkatkan kebiasaan menjaga kesehatan gigi dan mengajak anggota keluarga untuk melakukan hal yang sama.

Pembahasan

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Melalui penyampaian informasi yang sederhana dan mudah dipahami, masyarakat dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Penggabungan nilai kesehatan dengan konsep sedekah jariyah memberikan pendekatan yang lebih dekat dengan kehidupan masyarakat. Peserta tidak hanya memahami manfaat kesehatan yang diperoleh, tetapi juga termotivasi untuk membagikan ilmu tersebut kepada orang lain.

Konsep “*Tangan yang Memberi, Senyum yang Berbagi*” menekankan bahwa setiap individu dapat berperan sebagai agen perubahan di lingkungan sekitarnya. Informasi yang disampaikan kepada keluarga, tetangga, maupun teman dapat menjadi amal yang memberikan manfaat jangka panjang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “*Tangan yang Memberi, Senyum yang Berbagi: Merawat Kebersihan Gigi sebagai Sedekah Jariyah*” berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

Peserta memahami bahwa kesehatan rongga mulut berpengaruh terhadap kesehatan umum, kualitas hidup, serta kenyamanan dalam beribadah dan berinteraksi sosial. Selain itu, kegiatan ini menumbuhkan semangat berbagi ilmu kesehatan sebagai bentuk sedekah jariyah yang dapat memberikan manfaat berkelanjutan bagi masyarakat.

Saran

Diperlukan kegiatan edukasi kesehatan gigi dan mulut secara berkelanjutan agar masyarakat semakin memahami pentingnya pencegahan penyakit gigi dan mulut. Selain itu, masyarakat diharapkan dapat menjadi pelopor dalam menyebarkan informasi kesehatan kepada lingkungan sekitarnya sehingga manfaat kegiatan dapat dirasakan secara lebih luas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, khususnya masyarakat Kelurahan Mariso, aparat kelurahan, dosen pembimbing, serta seluruh anggota tim yang telah berkontribusi dalam menyelesaikan kegiatan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. *Pedoman Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Masyarakat*. Jakarta: Kemenkes RI.



2. Hidayati N, Ramadhani N, Athiyya Ramadhani A, Zaldi MR. 2023. Kesehatan Gigi dan Mulut dalam Perspektif Islam. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 1(4):757–765.
3. Owens J, Sami W. 2016. The Role of the Qur'an and Sunnah in Oral Health. *Journal of Religion and Health*, 55:1954–1967.
4. Putri A, Asbihani A. 2023. Perawatan Gigi yang Disyariatkan dalam Islam. *Journal Islamic Studies*.
5. Khairunnisa P, Amperawati M, Utami NK, Nurwati B. 2023. Hubungan Kebiasaan Menggosok Gigi dengan Karies Gigi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Terapis Gigi dan Mulut*, 3(2):57–63.
6. World Health Organization. 2022. *Oral Health Fact Sheet*. Geneva: WHO.