Edukasi Kebiasaan Buruk yang Mempengaruhi Kesehatan Rongga Mulut pada Siswa SMP Melalui Media Poster dan Leaflet di SMP N 9 Semarang

Arina Shafia[1], Anggun Feranisa[2], Hasna Putri Syahari[3]
[1, 2)] Departemen Biologi Oral, Prodi Sarjana Kedokteran Gigi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang
[3)] Prodi Sarjana Kedokteran Gigi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang
e-mail: drg.arinashf@unissula.ac.id

Abstrak
Kesadaran masyarakat Indonesia, khususnya pada kelompok usia anak dan remaja, terhadap pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut masih tergolong rendah(Chairunisa et al., 2024). Kebiasaan buruk yang dilakukan secara berulang dapat memberikan dampak terhadap kesehatan rongga mulut, khususnya pada usia remaja yang sedang berada dalam masa pertumbuhan. Rendahnya kesadaran dan pengetahuan siswa mengenai kebiasaan yang merugikan kesehatan gigi dan mulut menjadi salah satu faktor risiko terjadinya berbagai masalah rongga mulut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMP Negeri 9 Semarang dengan tujuan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kebiasaan buruk yang mempengaruhi kesehatan rongga mulut melalui kegiatan edukasi. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan gigi dan mulut, diskusi interaktif, serta pemanfaatan media edukatif berupa poster dan leaflet. Pelaksanaan kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman siswa mengenai jenis kebiasaan buruk serta pentingnya penerapan perilaku sehat dalam menjaga kesehatan rongga mulut. Edukasi ini diharapkan dapat menjadi langkah promotif dan preventif yang berkelanjutan dalam mendukung kesehatan gigi dan mulut pada siswa sekolah menengah pertama.

Kata kunci: Kesehatan rongga mulut; Kebiasaan buruk; Edukasi kesehatan; Penyuluhan; siswa SMP

Abstract
Indonesian society, particularly among children and adolescents, remains relatively low in terms of awareness of the importance of maintaining oral health (Chairunisa et al., 2024). Repeated bad habits can impact oral health, particularly in adolescents who are still growing. Students' low awareness and knowledge of habits that are detrimental to oral health is a risk factor for various oral health problems. This community service activity was conducted at SMP Negeri 9 Semarang with the aim of increasing students' knowledge of bad habits that affect oral health through educational activities. The implementation methods included oral health education, interactive discussions, and the use of educational media in the form of posters and leaflets. The implementation of the activity demonstrated an increase in students' understanding of the types of bad habits and the importance of adopting healthy behaviors in maintaining oral health. This education is expected to be a sustainable promotional and preventive measure in supporting oral health among junior high school students.

Keywords*: Oral health; Bad habits; Health education; Counseling; Junior high school students*

PENDAHULUAN

Kesadaran masyarakat Indonesia, khususnya pada kelompok usia anak dan remaja, terhadap pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut masih tergolong rendah(Chairunisa et al., 2024). Kondisi ini tercermin dari tingginya prevalensi karies gigi dan penyakit periodontal yang masih menjadi masalah kesehatan utama. Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 melaporkan bahwa prevalensi karies gigi mencapai 82,8% dan masalah kesehatan gigi dan mulut secara keseluruhan dialami oleh 56,9% populasi(Karta et al., 2025). Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap permasalahan tersebut adalah kurangnya pemahaman mengenai perilaku dan kebiasaan sehari-hari yang mempengaruhi kesehatan rongga mulut. Tanpa adanya edukasi yang memadai, kebiasaan

buruk cenderung terus dilakukan dan berdampak jangka panjang terhadap kesehatan gigi dan mulut(Kusumastiwi et al., 2023; Oktadewi et al., 2024).

Rongga mulut merupakan bagian integral dari sistem tubuh yang memiliki fungsi penting dalam proses mastikasi, fonasi, serta sebagai pintu masuk utama bagi nutrisi(Utomo, 2015). Secara biologis, rongga mulut terdiri dari berbagai struktur yang saling berinteraksi, meliputi gigi, jaringan periodontal, saliva, mukosa mulut, serta mikroorganisme oral(Hajardhini et al., 2020). Keseimbangan antara komponen tersebut sangat menentukan kondisi kesehatan rongga mulut. Gangguan pada salah satu komponen, terutama akibat kebiasaan buruk yang dilakukan secara berulang, dapat memicu terjadinya penyakit gigi dan mulut(Ramirez et al., 2024).

Masa remaja, khususnya pada siswa SMP, merupakan periode penting dalam pembentukan perilaku kesehatan; pada fase ini individu mulai mengembangkan kebiasaan yang dapat menetap hingga usia dewasa(Atiqah et al., 2024). Berbagai kebiasaan parafungsional seperti menggigit kuku, mengisap jempol atau benda keras, mendorong lidah ke gigi depan, bernapas melalui mulut, serta menggemeretakkan gigi sering kali ditemukan pada kelompok usia ini. Kajian literatur menunjukkan bahwa kebiasaan tersebut beragam menurut usia, dengan bruxisme paling umum pada anak 6–12 tahun dan onychophagia (menggigit kuku) lebih dominan pada remaja 12–16 tahun(Ramirez et al., 2024). Sistematis review tentang kebiasaan non nutritif menegaskan hubungan kuat antara kebiasaan tersebut dan maloklusi, termasuk open bite, overjet berlebih, dan crowding(Sadoun et al., 2024). Penelitian pada populasi Indonesia juga menemukan bahwa kebiasaan parafungsional secara sigifikan berasosiasi dengan maloklusi dan keluhan nyeri temporomandibular pada anak dan remaja(Baeshen, 2021). Karena kebiasaan parafungsional dapat memengaruhi pertumbuhan rahang, posisi gigi, serta keseimbangan fungsi rongga mulut, intervensi edukatif dini sangat penting untuk mencegah dampak jangka panjang.

Selain kebiasaan parafungsional, perilaku sehari-hari yang berkaitan dengan kebersihan mulut juga memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan rongga mulut. Teknik dan frekuensi menyikat gigi yang tidak tepat, kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman manis secara berlebihan, serta kurangnya asupan air putih dapat meningkatkan risiko akumulasi plak dan pertumbuhan bakteri kariogenik(Purnamasari et al., 2013). Jika kondisi ini berlangsung dalam jangka panjang, maka dapat mempercepat proses demineralisasi email dan meningkatkan kejadian karies gigi. Perilaku tersebut sering kali dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan serta minimnya edukasi kesehatan gigi dan mulut pada siswa(Hakim et al., 2025).

Dari sudut pandang biologi oral, kebiasaan buruk yang dilakukan secara terus-menerus dapat menyebabkan perubahan lingkungan rongga mulut. Perubahan tersebut meliputi penurunan aliran saliva, perubahan pH rongga mulut, serta peningkatan kolonisasi bakteri patogen(Ramirez et al., 2024). Selain itu, tekanan mekanis yang tidak normal akibat kebiasaan tertentu dapat menyebabkan keausan gigi, trauma jaringan periodontal, serta gangguan oklusi. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan gigi dan mulut, tetapi juga dapat menurunkan kualitas hidup remaja(Baeshen, 2021).

SMP Negeri 9 Semarang merupakan salah satu institusi pendidikan dengan populasi siswa usia remaja yang memiliki potensi risiko terhadap berbagai kebiasaan buruk yang mempengaruhi kesehatan rongga mulut. Keterbatasan pengetahuan siswa mengenai dampak kebiasaan tersebut serta rendahnya kesadaran untuk melakukan perawatan gigi secara rutin menjadi permasalahan yang perlu mendapat perhatian. Lingkungan sekolah memiliki peran strategis sebagai tempat pembentukan perilaku dan kebiasaan siswa. Oleh karena itu, sekolah menjadi lokasi yang tepat untuk pelaksanaan edukasi kesehatan gigi dan mulut secara terstruktur.

Upaya promotif dan preventif melalui kegiatan edukasi kesehatan gigi dan mulut merupakan langkah yang lebih efektif dan ekonomis dibandingkan dengan tindakan kuratif(Arini & Ratmini, 2022). Penyuluhan kesehatan yang dikombinasikan dengan penggunaan media visual seperti poster dan leaflet dinilai mampu meningkatkan pemahaman siswa karena informasi disampaikan secara ringkas dan menarik. Media visual juga membantu siswa dalam mengingat pesan kesehatan yang disampaikan serta mendorong perubahan sikap dan perilaku. Edukasi yang diberikan secara interaktif dapat meningkatkan partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran(Rasjid et al., 2025).

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan fokus pada edukasi kebiasaan buruk yang mempengaruhi kesehatan rongga

mulut pada siswa SMP Negeri 9 Semarang. Kegiatan dilakukan melalui metode penyuluhan dan diskusi interaktif dengan memanfaatkan media poster dan leaflet sebagai sarana edukasi. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan rongga mulut serta mendorong terbentuknya perilaku sehat sejak dini. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam upaya pencegahan masalah kesehatan gigi dan mulut pada usia remaja secara berkelanjutan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang dirancang secara sistematis untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kebiasaan buruk yang mempengaruhi kesehatan rongga mulut. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas VII, VIII, dan IX SMP Negeri 9 Semarang. Pendekatan yang digunakan bersifat edukatif dan partisipatif dengan fokus pada upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan gigi dan mulut. Pihak sekolah dilibatkan sebagai mitra dalam seluruh rangkaian kegiatan guna memastikan kesesuaian materi dengan karakteristik siswa.

Tahap persiapan diawali dengan identifikasi kebutuhan edukasi siswa melalui observasi dan koordinasi dengan pihak sekolah. Pada tahap ini, dilakukan penyusunan instrumen evaluasi berupa kuesioner sederhana yang digunakan sebagai pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa mengenai kebiasaan buruk yang mempengaruhi kesehatan rongga mulut. Materi edukasi kemudian disusun berdasarkan hasil identifikasi awal tersebut dan disesuaikan dengan tingkat pemahaman siswa SMP. Materi disajikan dalam bentuk presentasi, poster, dan leaflet dengan bahasa yang komunikatif dan visual yang menarik.



(A) (B)

Gambar 1. (A) Siswa sekolah menengah pertama membaca leaflet penyuluhan sebagai bagian dari intervensi penyuluhan (B)Media leaflet tentang Kebiasaan Buruk yang Mempengaruhi Kesehatan Rongga Mulut

Gambar 1. (A) Siswa sekolah menengah pertama membaca leaflet penyuluhan sebagai bagian dari intervensi penyuluhan (B)Media leaflet tentang Kebiasaan Buruk yang Mempengaruhi Kesehatan Rongga Mulut

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan di lingkungan SMP Negeri 9 Semarang. Sebelum penyuluhan dimulai, siswa diminta untuk mengisi kuesioner pretest guna mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai kebiasaan buruk dan dampaknya terhadap kesehatan rongga mulut. Selanjutnya, kegiatan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut dilaksanakan menggunakan metode ceramah interaktif yang didukung dengan media poster dan leaflet. Materi yang disampaikan meliputi pengenalan rongga mulut, fungsi biologisnya, serta berbagai kebiasaan buruk seperti menggigit kuku, bernapas melalui mulut, menggemeretakkan gigi, mendorong lidah ke gigi depan, serta kebiasaan menyikat gigi yang tidak tepat.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif untuk memberikan kesempatan kepada siswa mengajukan pertanyaan dan menyampaikan pengalaman terkait kebiasaan sehari-hari mereka. Diskusi ini juga digunakan untuk memperkuat pemahaman siswa serta meluruskan persepsi yang keliru mengenai kesehatan rongga mulut. Media leaflet dibagikan kepada seluruh siswa sebagai bahan edukasi yang dapat dipelajari secara mandiri, sedangkan poster dipasang di area sekolah sebagai pengingat visual yang berkelanjutan.

Tahap evaluasi dilakukan setelah seluruh rangkaian penyuluhan selesai. Siswa diminta mengisi kuesioner posttest yang memiliki indikator pertanyaan serupa dengan pretest. Hasil pretest dan posttest kemudian dibandingkan secara deskriptif untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan siswa setelah kegiatan edukasi. Selain itu, evaluasi kualitatif juga dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap partisipasi siswa selama kegiatan serta umpan balik dari pihak sekolah. Evaluasi ini digunakan untuk menilai efektivitas metode dan media edukasi yang digunakan serta sebagai dasar perbaikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pelaksanaan program edukasi kebiasaan buruk yang mempengaruhi kesehatan rongga mulut pada siswa SMP Negeri 9 Semarang menunjukkan hasil yang positif. Berdasarkan hasil evaluasi menggunakan pretest dan posttest, terdapat peningkatan tingkat pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Nilai rata-rata pretest siswa berada pada kisaran **53,2%**, yang menunjukkan bahwa sebagian siswa telah memiliki pengetahuan dasar mengenai kesehatan rongga mulut, namun belum memahami secara menyeluruh dampak kebiasaan buruk terhadap kesehatan gigi dan mulut. Setelah kegiatan edukasi dilaksanakan, nilai rata-rata posttest meningkat menjadi **87,6%**, yang mencerminkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan.



(A) (B)

Gambar 2. (A) Interaksi antara narasumber dan siswa sekolah menengah pertama dalam kegiatan penyuluhan menggunakan media leaflet dan Poster (B) Proses pemberian edukasi melalui media poster dan leaflet kepada siswa sekolah menengah pertama.

Peningkatan nilai tersebut menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan mampu memperbaiki pemahaman siswa mengenai berbagai kebiasaan buruk yang mempengaruhi kesehatan rongga mulut. Siswa menjadi lebih mampu mengidentifikasi kebiasaan seperti menggigit kuku, bernapas melalui mulut, menggemeretakkan gigi, mendorong lidah ke gigi depan, serta kebiasaan menyikat gigi yang tidak tepat. Selain itu, siswa juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai dampak biologis kebiasaan tersebut terhadap gigi, jaringan periodontal, dan keseimbangan lingkungan rongga mulut. Perbandingan hasil pretest dan posttest secara deskriptif mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan setelah intervensi edukasi dilakukan.

Selama pelaksanaan kegiatan, siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti penyuluhan. Hal ini terlihat dari keaktifan siswa dalam sesi diskusi dan tanya jawab, di mana banyak siswa mengajukan pertanyaan serta menceritakan kebiasaan sehari-hari yang berkaitan dengan kesehatan gigi dan mulut. Partisipasi aktif siswa ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan relevan dengan kondisi mereka dan mampu menarik perhatian. Interaksi dua arah antara pemateri dan siswa turut mendukung terciptanya suasana edukasi yang kondusif.

Penggunaan media edukasi berupa poster dan leaflet berperan penting dalam menunjang keberhasilan kegiatan. Media visual yang disajikan dengan desain menarik dan bahasa sederhana memudahkan siswa dalam memahami informasi yang diberikan (Pujiningsih et al., 2024). Poster yang dipasang di lingkungan sekolah berfungsi sebagai pengingat visual jangka panjang, sedangkan leaflet yang dibagikan kepada siswa memungkinkan mereka untuk mengulang kembali

materi secara mandiri di luar kegiatan penyuluhan. Kombinasi media ini membantu memperkuat pesan edukasi yang disampaikan(Tarusu & Wongkar, 2024).

Selain peningkatan pengetahuan, hasil kegiatan juga menunjukkan adanya peningkatan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan rongga mulut. Berdasarkan observasi selama kegiatan berlangsung, siswa mulai menyadari bahwa kebiasaan yang selama ini dianggap sepele dapat memberikan dampak negatif jika dilakukan secara terus-menerus. Kesadaran ini tercermin dari respons siswa yang menyatakan keinginan untuk mengurangi kebiasaan buruk dan menerapkan kebiasaan hidup sehat, seperti menyikat gigi secara teratur dan membatasi konsumsi makanan manis.

Meskipun demikian, terdapat beberapa kendala yang ditemui selama pelaksanaan kegiatan. Keterbatasan waktu menjadi salah satu tantangan utama dalam penyampaian materi secara lebih mendalam kepada seluruh siswa. Selain itu, perbedaan tingkat pemahaman antar siswa menyebabkan perlunya penyesuaian metode penyampaian agar informasi dapat diterima secara merata. Faktor lingkungan sekolah yang dinamis juga terkadang mempengaruhi konsentrasi sebagian siswa selama kegiatan berlangsung.

Luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai kebiasaan buruk yang mempengaruhi kesehatan rongga mulut. Selain itu, media edukasi berupa poster dan leaflet yang dihasilkan dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukasi berkelanjutan oleh pihak sekolah. Luaran ini diharapkan dapat mendukung upaya promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut di lingkungan sekolah.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa program edukasi yang dilaksanakan di SMP Negeri 9 Semarang memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai kesehatan rongga mulut. Peningkatan nilai rata-rata dari pretest ke posttest menunjukkan bahwa pendekatan edukasi melalui penyuluhan dan media visual efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Dengan dukungan berkelanjutan dari pihak sekolah dan tenaga kesehatan gigi, kegiatan serupa diharapkan dapat terus dilaksanakan untuk membentuk perilaku hidup sehat sejak usia remaja.

PEMBAHASAN

Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswa setelah pelaksanaan kegiatan edukasi menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan rongga mulut. Nilai pretest yang berada pada kisaran 53% menggambarkan bahwa siswa telah memiliki pengetahuan dasar, namun belum sepenuhnya memahami hubungan antara kebiasaan buruk sehari-hari dan dampaknya terhadap jaringan keras maupun lunak rongga mulut. Setelah edukasi dilakukan, nilai posttest meningkat menjadi sekitar 87%, yang menunjukkan bahwa siswa tidak hanya menerima informasi baru, tetapi juga mampu memahami mekanisme terjadinya gangguan kesehatan gigi dan mulut akibat kebiasaan yang tidak sehat.

Kebiasaan buruk seperti jarang menyikat gigi, menyikat gigi dengan teknik yang tidak tepat, konsumsi makanan dan minuman tinggi gula, kebiasaan menggigit benda keras, serta kebiasaan bernapas melalui mulut merupakan faktor risiko utama terjadinya masalah kesehatan rongga mulut pada usia remaja(Anggela & Hanum, 2020). Kebiasaan-kebiasaan tersebut dapat menyebabkan akumulasi plak, peningkatan aktivitas bakteri kariogenik, serta gangguan keseimbangan lingkungan rongga mulut(Anggela & Hanum, 2020; Lumintang et al., 2025). Jika berlangsung dalam jangka panjang, kondisi ini berpotensi menimbulkan karies gigi, gingivitis, hingga gangguan pada jaringan pendukung gigi. Melalui kegiatan edukasi ini, siswa diberikan pemahaman bahwa kebiasaan yang tampak sederhana dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan gigi dan mulut mereka(Thania et al., 2025).

Edukasi mengenai dampak buruk kebiasaan buruk menjadi penting karena sebagian besar siswa belum menyadari bahwa kerusakan gigi dan masalah gusi tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan merupakan hasil dari perilaku yang dilakukan secara berulang. Penyampaian materi yang disertai contoh visual dan ilustrasi kondisi gigi yang mengalami kerusakan membantu siswa memahami proses terjadinya penyakit rongga mulut secara lebih konkret(Putri et al., 2023). Pemahaman ini tercermin dari peningkatan skor posttest serta kemampuan siswa dalam menjawab

pertanyaan diskusi yang berkaitan dengan hubungan antara kebiasaan sehari-hari dan kondisi kesehatan gigi.

Selain berdampak pada jaringan keras gigi, kebiasaan buruk juga dapat memengaruhi jaringan lunak rongga mulut dan fungsi stomatognatik secara keseluruhan(Ramirez et al., 2024). Kebiasaan bernapas melalui mulut, misalnya, dapat menyebabkan mulut menjadi kering sehingga menurunkan fungsi saliva sebagai pelindung alami rongga mulut. Kondisi ini meningkatkan risiko terjadinya karies dan peradangan gingiva(Balansa et al., 2023). Kebiasaan menggigit kuku atau benda keras juga berpotensi menyebabkan keausan gigi, fraktur email, serta gangguan pada sendi temporomandibula(Choandra et al., 2023). Melalui edukasi yang diberikan, siswa diajak untuk mengenali kebiasaan tersebut dan memahami dampaknya terhadap kesehatan jangka panjang.

Pendekatan edukasi yang dilakukan melalui media poster dan leaflet terbukti efektif dalam menyampaikan pesan tentang dampak kebiasaan buruk secara sederhana dan mudah dipahami(Page et al., 2023). Media visual membantu memperkuat pesan edukasi karena siswa dapat melihat langsung ilustrasi perbandingan antara kondisi rongga mulut yang sehat dan yang mengalami gangguan akibat kebiasaan buruk(Tarusu & Wongkar, 2024). Hal ini memudahkan proses internalisasi informasi, terutama pada kelompok usia remaja yang cenderung lebih responsif terhadap stimulasi visual. Kombinasi antara penjelasan lisan dan media cetak juga memungkinkan siswa untuk mengulang kembali informasi setelah kegiatan selesai(Urba et al., 2024).

Interaksi aktif selama sesi penyuluhan memberikan kesempatan bagi siswa untuk merefleksikan kebiasaan yang selama ini mereka lakukan. Beberapa siswa mulai menyadari bahwa kebiasaan tertentu yang dianggap sepele ternyata memiliki konsekuensi serius terhadap kesehatan gigi dan mulut. Kesadaran ini menjadi langkah awal yang penting dalam proses perubahan perilaku(Syahrul'an & Harfita, 2025). Dengan memahami dampak negatif kebiasaan buruk, siswa diharapkan lebih termotivasi untuk menerapkan kebiasaan sehat sebagai upaya pencegahan sejak dini.

Meskipun peningkatan pengetahuan telah tercapai, perubahan perilaku membutuhkan proses yang berkelanjutan dan dukungan lingkungan(Arif et al., 2023). Oleh karena itu, edukasi mengenai dampak kebiasaan buruk perlu dilakukan secara berulang dan terintegrasi dengan kegiatan sekolah. Peran guru dan pihak sekolah menjadi penting dalam mengingatkan serta memperkuat pesan kesehatan yang telah diberikan. Dengan dukungan tersebut, pengetahuan yang diperoleh siswa dapat berkembang menjadi sikap dan perilaku yang konsisten dalam menjaga kesehatan rongga mulut(Zulfatunnisa & Maknun, 2022).

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan rongga mulut, tetapi juga menumbuhkan kesadaran tentang dampak buruk kebiasaan tidak sehat terhadap gigi dan jaringan pendukungnya. Edukasi yang menekankan hubungan sebab-akibat antara kebiasaan dan kondisi kesehatan gigi memberikan dasar yang kuat bagi upaya pencegahan. Dengan pendekatan yang tepat dan berkelanjutan, kegiatan ini berpotensi memberikan dampak jangka panjang terhadap peningkatan derajat kesehatan gigi dan mulut pada siswa SMP.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan pembahasan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa program edukasi mengenai kebiasaan buruk yang memengaruhi kesehatan rongga mulut berhasil meningkatkan pemahaman siswa SMP Negeri 9 Semarang. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswa dari hasil pretest sekitar 53% menjadi sekitar 87% pada posttest setelah diberikan penyuluhan menggunakan media poster dan leaflet. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa siswa mampu memahami hubungan antara kebiasaan sehari-hari dan dampaknya terhadap kesehatan gigi serta jaringan rongga mulut.

Keberhasilan kegiatan ini didukung oleh beberapa faktor, antara lain metode penyampaian materi yang interaktif, penggunaan media visual yang menarik dan mudah dipahami oleh siswa, serta keterlibatan aktif peserta selama sesi penyuluhan dan diskusi. Edukasi yang menekankan dampak buruk kebiasaan seperti jarang menyikat gigi, konsumsi makanan manis berlebihan, menggigit benda keras, dan kebiasaan parafungsional lainnya terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kesehatan rongga mulut sejak dini. Selain itu, dukungan dari pihak sekolah dan guru turut berperan dalam kelancaran pelaksanaan kegiatan.

Adapun faktor penghambat yang ditemui selama kegiatan antara lain keterbatasan waktu penyuluhan serta perbedaan tingkat pemahaman dan perhatian siswa antar jenjang kelas. Kondisi tersebut menuntut penyesuaian metode dan pendekatan edukasi agar pesan kesehatan dapat diterima secara optimal oleh seluruh peserta. Meskipun demikian, secara umum kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

SARAN

Program ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi kesehatan gigi dan mulut yang terstruktur, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik usia remaja dapat menjadi solusi efektif dalam menjawab permasalahan mitra. Untuk mendukung keberlanjutan program, disarankan agar media edukasi berupa poster dan leaflet diperbanyak serta digunakan secara rutin dalam kegiatan sekolah. Selain itu, diperlukan penguatan peran guru dan petugas kesehatan sekolah sebagai fasilitator agar pesan edukasi dapat terus disampaikan secara berkelanjutan. Penyesuaian metode penyampaian juga perlu dilakukan agar lebih inklusif dan menarik bagi siswa dengan latar belakang yang beragam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terselenggara dengan pendanaan hibah internal dari LPPM UNISSULA Nomor 55/C.1/SA-LPPM/VIII/2025. Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SMP Negeri 9 Semarang serta seluruh mitra yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini. Dukungan dan kerja sama dari berbagai pihak sangat berperan dalam keberhasilan program pengabdian kepada masyarakat ini. Semoga segala kebaikan dan pengorbanan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlimpah dari Tuhan Yang Maha Esa.

DAFTAR PUSTAKA

Anggela, S., & Hanum, N. A. (2020). Hubungan kebiasaan buruk (bad habits) dengan kejadian karies pada anak usia pra sekolah. *Jurnal Kesehatan Gigi Dan Mulut (JKGM)*, *2*(1), 43–52.

Arif, M., Shinta, F., Chaarnaillan, A., Saudi, A., Rustam, & Hanifahturahmi. (2023). Komunikasi Perubahan Perilaku Melaluipendekatan S-O-R (Stimulus, Organism & Response) Dalam Penanggulangan Stunting Di Kelurahan Tanjung RHU. *Ensiklopedia of Journal*, *5*(2), 78–90.

Arini, N. W., & Ratmini, N. K. (2022). Meningkatkan Derajat Kesehatan Gigi dan Mulut Melalui Upaya Preventif dan Promotif pada Siswa di SLB Negeri 1 Badung. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat*, *4*(1), 1–4.

Atiqah, N., Sulhan, A., Ardaniah, N. H., & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: tinjauan psikologi. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, *1*(1), 9–36.

Baeshen, H. A. (2021). Malocclusion trait and the parafunctional effect among young female school students. *Saudi Journal of Biological Sciences*, *28*(1), 1088–1092. https://doi.org/10.1016/j.sjbs.2020.11.028

Balansa, D. M., Wowor, V. N. S., & Gosal, S. M. (2023). Pengaruh Kebiasaan Bernapas Melalui Mulut terhadap Terjadinya Maloklusi. *Jurnal E-Gigi*, *11*(2), 170–175.

Chairunisa, F., Ramadhani, A., Takehara, S., Thwin, K. M., Tun, T. Z., Okubo, H., Hanindriyo, L., Bramantoro, T., & Ogawa, H. (2024). Oral Health Status and Oral Healthcare System in Indonesia: A Narrative Review. *Journal of International Society of Preventive and Community Dentistry* |. https://doi.org/10.4103/jispcd.jispcd

Choandra, E. C., Rikmasari, R., & Pramudita, S. (2023). The Relationship Of Chewing Gum With Temporomandibular Joint Disorders: Rapid Review. *Interdental Jurnal Kedokteran Gigi*, *19*(2).

Hajardhini, P., Susilowati, H., Dedy, H., & Yulianto, K. (2020). Rongga Mulut Sebagai Reservoir Potensial Untuk Infeksi Pseudomonas aeruginosa. *ODONTO : Dental Journal*, *7*(2), 125.

Hakim, L., Afrinis, N., & Alini. (2025). Kejadian Karies Gigi Pada Anak Usia Dini Di Tk Pertiwi Tahun 2022. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, *4*(1), 18–28.

Karta, M. S., Soulissa, A. G., & Andayani, L. H. (2025). Karakteristik demografi dan tingkat pengetahuan sebagai faktor risiko masalah kesehatan gigi dan mulut anak. *Jurnal Kedokteran*

Gigi Terpadu, *7*(1), 7–9.

Kusumastiwi, Okti, R. P., & Krisnaputri, S. (2023). The Role of Behavioral Planning Interventions in Maintaining Dental and Oral Health Behavior among Students in Yogyakarta, Indonesia. *Open Access Indonesian Journal of Medical Reviews*, *3*(3), 412–416.

Lumintang, Sampouw, F. C., Asrifuddin, A., & Kalesaran, A. F. C. (2025). Hubungan antara kebiasaan menyikat gigi dan konsumsi makanan tinggi gula dengan kejadian karies gigi pada anak sekolah dasar. *Holistik Jurnal Kesehatan*, *19*(8), 2415–2421.

Oktadewi, F. D., Romdlon, M. A., Laksitasari, A., & Hidayah, R. A. (2024). Oral health literacy, knowledge, attitude, and oral health practices among college students at Jenderal Soedirman University. *Majalah Kedokteran Gigi Dental Journal*, *280*(158), 280–285. https://doi.org/10.20473/j.djmkg.v57.i4.p280

Page, M. T., Erviana, & Sikin, A. G. (2023). Media Leaflet dan Poster Pada Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Profesional*, *4*(1), 36–45.

Pujiningsih, Y., Kurniawan, A. A., & Rahmawati, I. (2024). Analisis Penggunaan Poster Sebagai Media Pembelajaran IPS dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Teknologi Pendidikan Dan Pembelajaran (JTPP)*, *02*(01), 165–168.

Purnamasari, N. L., Ninuk, T., & Hartini, S. (2013). *Perilaku Mengosok Gigi Kebiasaan Makan dan Minum Tinggi Sukrosa dengan Kejadian Karies Gigi pada Siswa Di MIN Jejeran*. *15*(September), 106–112.

Putri, A., Kornialia, & Mailiza, F. (2023). Efektivitas Penggunaan Video Edukasi Maloklusi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Orang Tua Terhadap Kebiasaan Buruk Oral Penyebab Maloklusi Pada Anak. *B-Dent: Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Baiturrahmah*, *10*(2), 198–208.

Ramirez, F. L. M., Najera, R. I. S., Garza, A. H. B., Ortiz, J. U. L., Chang, S. S., Arana, H. L. M., Lopez, J. F. G., Tanos, A. C., & Soto, J. M. S. (2024). Parafunctional habits : A literature review. *International Journal of Applied Dental Sciences*, *10*(2), 198–201.

Rasjid, A., Khaer, A., & Handayani, N. (2025). Efektivitas Media Video Animasi , Leaflet Dan Metode Demonstrasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Siswa Sekolah Dasar Inpres Laloasa , Kabupaten Gowa. *Jurnal Sulolipu : Media Komunikasi Sivitas Akademika Dan Masyarakat*, *25*(2), 320–331.

Sadoun, C., Templier, L., Alloul, L., Rossi, C., Renovales, I. D., Sanchez, I. N., & Sahagún, P. M. (2024). Effects of non-nutritive sucking habits on malocclusions : a systematic review. *Journal of Clinical Pediatric Dentistry*, *48*(2), 4–18. https://doi.org/10.22514/jocpd.2024.029

Syahrul'an, & Harfita, N. L. (2025). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kesadaran Masyarakat tentang Kesehatan Lingkungan di Kota Medan. *Inovasi Kesehatan Global*, *2*(3), 210–221.

Tarusu, D., & Wongkar, N. V. (2024). Pemanfaatan Media Visual untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas V pada Mata Pelajaran IPAS di SD Inpres Leleko. *Journal on Education*, *07*(01), 8387–8395.

Thania, L., Fatimah, N., & Marniati, M. (2025). Dinamika Masalah Kesehatan Gigi dan Mulut di Indonesia. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, *3*(3), 156–166.

Urba, M., Ramadhani, A., Afriani, A. P., & Suryanda, A. (2024). Generasi Z : Apa Gaya Belajar yang Ideal di Era Serba Digital ? *Diajar: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, *3*(1), 50–56.

Utomo, R. B. (2015). Rongga mulut mempengaruhi pola spektrum frekuensi suara pada penerapan klinis pengucapan kata Bahasa Indonesia: Pada anak laki-laki usia 9 dan 12 tahun dengan maloklusi klas I Angle variasi berjejal. *Dentofasial Journal*, *14*(1), 38–44.

Zulfatunnisa, S., & Maknun, L. (2022). Pentingnya Peran Guru Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*, *7*(2), 199–213.