

Program Brush Day and Night (BDN): Strategi Meningkatkan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Siswa Sekolah Dasar Cempaka Putih, Jakarta Pusat

Agus Ardinansyah^{1*}, Helwiah Umniyati¹, Sonya Priyadharsini¹, Alisa Novianty Pratiwi¹, Lisa Prihastari¹

¹Departemen Ilmu Kesehatan Gigi Masyarakat, Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

*e-mail korespondensi: agus.ardinansyah@gmail.com

Abstract

The Brush Day and Night (BDN) program at elementary schools, namely SDN Cempaka Putih Barat 03 and SDN Cempaka Putih Barat 19, aims to promote oral health among students and teachers as a preventive step against the high prevalence of dental health issues in Indonesia. According to the 2018 Riskesdas data, the prevalence of oral health problems in Indonesia is very high, with 93% of school-age children experiencing dental issues, commonly in the form of caries and periodontal disease. The BDN program, implemented at SDN Cempaka Putih Barat 03 and SDN Cempaka Putih Barat 19, aims to increase awareness of the importance of maintaining oral hygiene through various educational activities such as teacher training (Training of Trainer), student counseling, group tooth brushing sessions, and topical fluoride application to prevent cavities. The evaluation results show that the program successfully increased knowledge of proper tooth brushing techniques, encouraged the habit of brushing twice a day among students, and raised awareness about cavity prevention using fluoride. This program is expected to have a positive impact on reducing the prevalence of oral health problems in the future and contribute to achieving the goal of "Indonesia Free from Caries 2030."

Keywords: Brush day and night program; dental and oral health; health education; topical fluoride

Abstrak

Program Brush Day and Night (BDN) di Sekolah dasar khususnya SDN Cempaka Putih Barat 03 SDN Cempaka Putih Barat 19 bertujuan untuk mempromosikan kesehatan gigi dan mulut di kalangan siswa dan guru sebagai langkah preventif terhadap masalah kesehatan gigi yang tinggi di Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi masalah kesehatan gigi di Indonesia sangat tinggi, dengan 93% anak-anak usia sekolah mengalami gangguan gigi, yang sering berupa karies dan penyakit periodontal. Program BDN yang dilaksanakan di SDN Cempaka Putih Barat 03 dan SDN Cempaka Putih Barat 19 bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut melalui berbagai kegiatan edukasi seperti pelatihan untuk guru (Training of Trainer), penyuluhan kepada siswa, sikat gigi bersama, dan aplikasi fluoride topikal untuk mencegah karies. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa program ini berhasil meningkatkan pengetahuan tentang teknik menyikat gigi yang benar, menumbuhkan kebiasaan menyikat gigi dua kali sehari di kalangan siswa, serta meningkatkan pemahaman tentang pentingnya pencegahan karies dengan fluoride. Program ini diharapkan memberikan dampak positif dalam mengurangi prevalensi masalah kesehatan gigi di masa depan, serta berkontribusi pada pencapaian target "Indonesia Bebas Karies 2030".

Kata Kunci: Program Brush Day and Night; Kesehatan gigi dan mulut; Penyuluhan kesehatan gigi; Fluoride topikal

Accepted: 2025-05-09

Published: 2025-08-07

PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut di Indonesia merupakan salah satu masalah kesehatan yang mendesak untuk segera ditangani. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), prevalensi masalah gigi dan mulut di Indonesia masih sangat tinggi, dengan 57,6% penduduk mengalami gangguan gigi dan mulut. Dari jumlah tersebut, hanya sekitar 10,2% yang menerima perawatan dari tenaga medis gigi. Data riset juga menunjukkan kebiasaan menyikat gigi yang benar juga sangat rendah, dengan hanya 2,8% masyarakat yang menyikat gigi dua kali sehari, yaitu setelah

makan dan sebelum tidur. Fakta yang paling memprihatinkan adalah 93% anak-anak usia sekolah mengalami masalah gigi dan mulut, yang umumnya berupa karies dan penyakit periodontal.

Masalah utama yang menyebabkan tingginya prevalensi masalah kesehatan gigi di Indonesia adalah kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi sejak dini. Hal lain mengenai keterbatasan akses informasi dan pelayanan kesehatan gigi di beberapa wilayah, sehingga perlu adanya program edukasi yang menyeluruh dan tepat sasaran untuk mengatasi masalah ini. (Al-Ansari, A. A., & Kassis, M. 2020).

Untuk menjawab tantangan tersebut, program "**Brush Day and Night**" (**BDN**) merupakan salah satu langkah strategis yang dapat dilakukan. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama anak-anak usia sekolah, tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut. (Melo, P., Fine, C., Malone, S., & Taylor, S. 2021). Program ini sudah dilaksanakan sejak tahun 2005 dan kini memasuki fase VI. Pada fase ini, program BDN dilaksanakan di berbagai negara, termasuk Indonesia, dengan tema "**don't wait until it's too late #talk to a dentist**", yang mengajak masyarakat untuk tidak menunda perawatan gigi dan berkonsultasi dengan dokter gigi saat mengalami masalah.

Di Indonesia, program BDN dilaksanakan melalui kemitraan antara Persatuan Dokter Gigi Indonesia (PDGI), FDI World Dental Federation, dan Global Unilever Oral Care, yang didukung oleh Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI sebagai pelaksana di wilayah Jakarta Pusat. Program ini melibatkan berbagai kegiatan promotif dan preventif, seperti pelatihan bagi guru dan orang tua melalui **Training of Trainer (TOT)**, pemberian edukasi tentang cara menyikat gigi yang benar, serta pemberian fluoride topikal kepada anak-anak. Melalui kegiatan ini, diharapkan anak-anak dapat memahami manfaat menjaga kebersihan gigi sejak dini, yang tidak hanya akan mengurangi prevalensi masalah gigi dan mulut, tetapi juga menciptakan budaya perawatan gigi yang baik di kalangan generasi muda. (Bahammam, M. A., & Omer, S. I. 2021)

Program ini juga bertujuan untuk menciptakan program sekolah yang komprehensif dalam promosi kesehatan gigi di Indonesia, dengan melibatkan sekolah-sekolah sebagai agen perubahan. **SDN Cempaka Putih Barat 03** dan SDN Cempaka Putih Barat 19 di Jakarta Pusat menjadi salah satu sekolah yang terlibat dalam program BDN 2023 ini. Dengan adanya program ini, diharapkan dapat tercipta perubahan perilaku positif dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut di kalangan siswa, guru, dan orang tua, serta menciptakan lingkungan sekolah yang lebih peduli terhadap kesehatan gigi dan mulut.

Melalui program ini, Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI berkomitmen untuk memberikan kontribusi nyata dalam mengatasi masalah kesehatan gigi dan mulut di Indonesia dan mendukung upaya pemerintah dalam mencapai "**Indonesia Bebas Karies 2030**"

METODE

Program Sekolah 21 Hari Brush Day and Night (BDN) Indonesia 2023 yang dilaksanakan di wilayah Jakarta Pusat, tepatnya di SDN 03 dan SDN 19 Cempaka Putih Barat, bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut di kalangan siswa dan guru. Program ini merupakan kolaborasi antara Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI, Persatuan Dokter Gigi Indonesia (PDGI), FDI World Dental Federation, dan Global Unilever Oral Care. Program ini terdiri dari beberapa kegiatan utama, yaitu Training of Trainer (TOT) untuk guru, Penyuluhan dan Sikat Gigi Bersama, serta Aplikasi Topikal Fluoride (TAF) pada siswa yang berisiko.

1. Training of Trainer (TOT): Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Juli 2023, dengan 59 guru yang mengikuti secara hybrid (Zoom dan tatap muka di ruang guru). Dalam sesi TOT ini, para guru diberikan pengetahuan dan keterampilan mengenai teknik menyikat gigi yang benar, pentingnya kebersihan gigi, serta bagaimana cara menyampaikan informasi ini kepada siswa. Pelatihan ini dilakukan oleh pemateri yang

- berkompeten, dari tenaga pengajar dari Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI bidang kesehatan gigi dan mulut masyarakat. Para guru yang mengikuti pelatihan merasa lebih siap dan percaya diri dalam mengajarkan siswa cara menjaga kesehatan gigi dan mulut.
2. Penyuluhan dan Sikat Gigi Bersama: Pada 27 Juli 2023, kegiatan ini dilakukan secara paralel di SDN 03 dan SDN 19 Cempaka Putih Barat dengan melibatkan 1.087 siswa. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi langsung kepada siswa mengenai pentingnya menyikat gigi dua kali sehari, di pagi hari dan malam hari sebelum tidur. Kegiatan ini melibatkan para dokter gigi dan mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas YARSI, yang membimbing siswa untuk melakukan sikat gigi bersama secara benar.
 3. Aplikasi Topikal Fluoride (TAF): Untuk mencegah kerusakan gigi, sebanyak 82 siswa dari kelas 6 SDN 19 Cempaka Putih Barat menerima aplikasi topikal fluoride pada tanggal 27 Juli 2023. Fluoride digunakan untuk memperkuat enamel gigi, mencegah karies, dan melindungi gigi anak-anak yang rentan terhadap masalah gigi dan mulut.

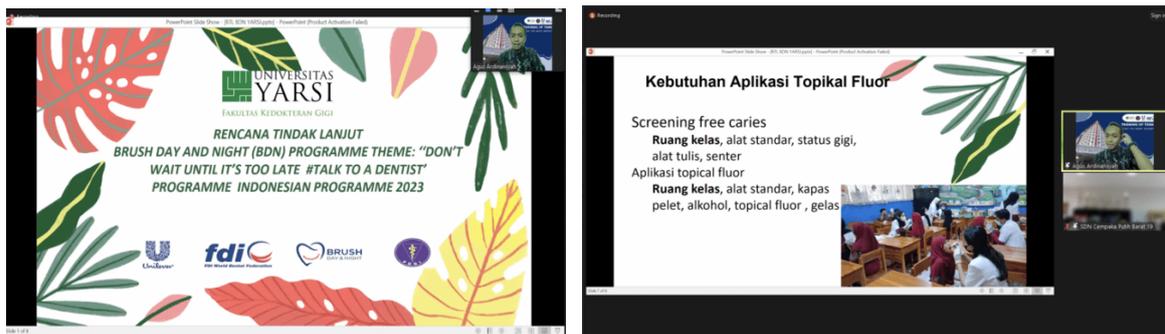
HASIL DAN PEMBAHASAN

Program *Brush Day and Night* yang dilaksanakan di SDN 03 Cempaka Putih Barat dan SDN 19 Cempaka Putih Barat bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan menjaga kebersihan gigi di kalangan siswa dan guru. Program ini mencakup berbagai kegiatan edukasi dan pelatihan yang bertujuan untuk memperkenalkan dan mengajarkan pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut, terutama di kalangan anak-anak sekolah dasar. Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan, program ini menunjukkan dampak yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan kebiasaan terkait kesehatan gigi, terutama pada siswa dan guru di kedua sekolah tersebut.

1. Tingkat Pengetahuan dan Pemahaman tentang Kesehatan Gigi dan Mulut

Salah satu elemen kunci dari program ini adalah pelaksanaan kegiatan *Training of Trainers* (TOT) yang diberikan kepada para guru. Pelatihan ini terbukti memberikan peningkatan pengetahuan yang signifikan kepada para guru mengenai teknik-teknik dasar dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. (Kemenkes RI., 2012) Melalui pelatihan ini, para guru menjadi lebih siap untuk mengajarkan siswa mengenai teknik menyikat gigi yang benar dan pentingnya menjaga kebersihan mulut. Sebagian besar guru yang mengikuti pelatihan menyatakan bahwa mereka merasa lebih percaya diri untuk mendidik siswa mengenai cara menyikat gigi yang benar, serta mengedukasi mereka mengenai risiko masalah gigi yang dapat timbul akibat kebersihan yang kurang diperhatikan.

Evaluasi dari kegiatan penyuluhan dan *sikat gigi bersama* juga menunjukkan hasil yang positif. Setelah mendapatkan bimbingan dari dokter gigi dan mahasiswa, sebagian besar siswa dapat mempraktikkan teknik menyikat gigi yang benar. Siswa yang sebelumnya tidak terpapar dengan informasi mengenai kebersihan gigi, mulai memahami pentingnya menyikat gigi secara teratur untuk menjaga kesehatan mulut mereka. Hal ini mencerminkan keberhasilan program dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan gigi, sebagaimana dilaporkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), yang menunjukkan bahwa prevalensi masalah gigi dan mulut di Indonesia sangat tinggi, dengan 93% anak-anak mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut. Program ini memberikan kontribusi dalam mengurangi angka masalah kesehatan gigi dan mulut di masa depan, mengingat pentingnya edukasi yang dilakukan sejak dini.



Gambar 1. *Training of Trainers* kepada Guru

2. Peningkatan Perilaku Menyikat Gigi

Salah satu tujuan utama dari program ini adalah untuk meningkatkan kebiasaan menyikat gigi yang benar di kalangan siswa. Kegiatan *Sikat Gigi Bersama* yang dilakukan secara serentak di kedua sekolah menunjukkan hasil yang positif. Berdasarkan observasi, sekitar 85% siswa dapat mengikuti teknik menyikat gigi yang diajarkan dengan baik. Program ini diharapkan dapat menanamkan kebiasaan menyikat gigi yang benar pada siswa, yang nantinya dapat diterapkan di rumah. (Melo, dkk. 2018)

Perubahan perilaku ini sangat penting untuk mencegah penyakit gigi dan mulut seperti karies yang sering terjadi di kalangan anak-anak. Program ini juga memperkuat temuan dalam studi oleh Blanton, D. (2015) yang menyatakan bahwa pendidikan tentang kebersihan gigi yang diberikan sejak dini dapat mencegah masalah gigi yang lebih serius di masa depan. Kegiatan seperti *Brush Day and Night* sangat penting untuk diteruskan dan dijadikan kebiasaan sehari-hari bagi anak-anak. (Melo, P., Malone, S., Rao, A., & Fine, C. 2020)



Gambar 2. Penyuluhan di SDN 03 Cempaka Putih



Gambar 3. Penyuluhan di SDN 19 Cempaka Putih



Gambar 4. Latihan Sikat Gigi

3. Pencegahan Karies dengan Fluoride

Salah satu kegiatan penting dalam program ini adalah aplikasi topikal fluoride (*Topical Application of Fluoride/TAF*) pada siswa kelas 6 SDN 19 Cempaka Putih Barat. Fluoride terbukti dapat membantu memperkuat enamel gigi dan mengurangi risiko karies, yang merupakan masalah utama kesehatan gigi di kalangan anak-anak. Aplikasi fluoride ini memberikan perlindungan ekstra pada gigi siswa dari kerusakan yang disebabkan oleh bakteri dan asam dalam mulut. Penelitian oleh Berg, J., Gerweck, C., & Hujuel, P. (2014). juga menunjukkan bahwa fluoride memainkan peran yang sangat penting dalam pencegahan kerusakan gigi dan membantu menjaga kesehatan gigi dalam jangka panjang. Bonetti dan Clarkson (2016) menekankan bahwa fluoride varnish adalah salah satu metode yang terbukti efektif dalam pencegahan karies pada anak-anak.

Penerapan fluoride sebagai bagian dari program ini diharapkan dapat memberikan perlindungan yang lebih besar bagi gigi anak-anak, mengingat tingginya prevalensi karies pada anak-anak

Indonesia. Dengan memperkenalkan fluoride sebagai bagian dari rutinitas perawatan gigi, diharapkan gigi anak-anak dapat lebih tahan terhadap kerusakan dan membentuk kebiasaan baik yang dapat mereka bawa hingga dewasa. (Munoz, H., & Standley, E. 2013).



Gambar 5. Aplikasi topikal Fluor

4. Tantangan dan Kendala dalam Pelaksanaan

Meski program ini berjalan dengan baik, terdapat beberapa tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan. Salah satu kendala yang cukup signifikan adalah akses teknologi, khususnya dalam kegiatan *Training of Trainers* (TOT) yang dilaksanakan secara hybrid. Beberapa guru mengalami kesulitan dalam mengakses materi yang disampaikan secara daring, terutama karena terbatasnya koneksi internet dan perangkat yang digunakan. Dengan demikian perlu adanya perhatian khusus terhadap aksesibilitas teknologi, agar kegiatan pelatihan dapat berjalan dengan lancar dan efektif bagi seluruh peserta di masa depan.

Selain itu, partisipasi orang tua dalam mendukung kebiasaan menjaga kesehatan gigi di rumah juga menjadi tantangan yang perlu diperhatikan. Meskipun siswa sudah mendapatkan pendidikan tentang pentingnya menyikat gigi di sekolah, peran orang tua dalam memperkuat kebiasaan ini di rumah sangat penting. Kebiasaan baik yang dibentuk di sekolah harus dilanjutkan di rumah agar menjadi kebiasaan yang melekat pada anak-anak. Untuk ke depannya melibatkan orang tua dalam program edukasi kesehatan gigi dapat memperbesar dampak dari kegiatan ini. (Singh, A., Ghuman, M. S., & Mehta, K. 2014)

5. Evaluasi dan Rekomendasi

Secara keseluruhan, kegiatan *Brush Day and Night* telah berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa dan guru mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut. Untuk meningkatkan dampak jangka panjang, beberapa langkah berikut dapat diambil:

- **Pelibatan orang tua:** Melibatkan orang tua dalam program edukasi kesehatan gigi sangat penting. Edukasi kepada orang tua tentang mendukung kebiasaan menyikat gigi yang benar dapat memperkuat kebiasaan yang telah diajarkan di sekolah, dan memastikan kebiasaan tersebut terus diterapkan di rumah.

- Pemantauan berkelanjutan: Untuk memastikan bahwa perubahan perilaku dalam menjaga kebersihan gigi dapat berlanjut setelah program selesai, perlu ada pemantauan berkelanjutan terhadap kebiasaan siswa dalam menjaga kebersihan gigi. Dengan adanya pemantauan ini, perubahan positif yang tercapai dapat dipertahankan dan diperkuat.

Program *Brush Day and Night* di SDN 03 Cempaka Putih Barat dan SDN 19 Cempaka Putih Barat menunjukkan potensi besar dalam meningkatkan kesadaran dan kebiasaan menjaga kebersihan gigi di kalangan siswa dan guru. Melalui pelatihan yang tepat, aplikasi fluoride, dan kegiatan edukasi yang melibatkan orang tua, program ini dapat menjadi langkah awal yang efektif dalam mencegah masalah gigi dan mulut pada anak-anak.



Gambar 6. Foto Bersama tim di SDN 03 Cempaka Putih



Gambar 7. Foto Bersama tim di SDN 19 Cempaka Putih

KESIMPULAN

Program **Brush Day and Night (BDN) 2024** di SDN Cempaka Putih Barat 03 berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa serta guru tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut, sebagai upaya preventif terhadap tingginya prevalensi masalah kesehatan gigi di Indonesia. Melalui kegiatan seperti **Training of Trainer (TOT)** untuk guru, penyuluhan kepada siswa, sikat gigi bersama, dan aplikasi fluoride topikal, program ini berhasil menumbuhkan kebiasaan menyikat gigi dua kali sehari serta meningkatkan pengetahuan tentang teknik menyikat gigi yang benar dan pencegahan karies. Evaluasi menunjukkan perubahan positif pada perilaku kebersihan gigi siswa, meskipun terdapat tantangan terkait akses teknologi dan partisipasi orang tua. Program ini diharapkan memberikan kontribusi pada pengurangan masalah gigi dan mulut di masa depan, serta mendukung target "**Indonesia Bebas Karies 2030**".

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ansari, A. A., & Kassis, M. (2020). Effectiveness of school-based oral health education programs in children: A systematic review. *International Journal of Pediatric Dentistry*, 30(1), 37-48. <https://doi.org/10.1111/ipd.12560>
- Bahammam, M. A., & Omer, S. I. (2021). Oral health knowledge, attitude, and practices among primary school children in Jeddah, Saudi Arabia. *International Journal of Dental Hygiene*, 19(2), 168-176. <https://doi.org/10.1111/idh.12462>
- Berg, J., Gerweck, C., & Hujoel, P. (2014). Evidence-based clinical recommendations regarding fluoride intake from reconstituted infant formula and enamel fluorosis. *Journal of the American Dental Association*, 142(1), 79-87.
- Blanton, D. (2015). Fluoride and its role in oral health. *Journal of Dental Research*, 94(10), 1320-1327. <https://doi.org/10.1177/0022034515593057>
- Bonetti, D., & Clarkson, J. E. (2016). Fluoride varnish for caries prevention: Efficacy and implementation. *Caries Research*, 50(1), 45-49. <https://doi.org/10.1159/000448557>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Kemenkes RI.
- Kemenkes RI., (2012). *Buku Panduan Pelatihan Kader Kesehatan Gigi Dan Mulut Di Masyarakat*. Jakarta.
- Melo, P., Fine, C., Malone, S., Frencken, J. E., & Horn, V. (2018). The effectiveness of the Brush Day and Night programme in improving children's toothbrushing knowledge and behaviour. *International Dental Journal*, 68(Suppl 1), 7-16. <https://doi.org/10.1111/idj.12410>
- Melo, P., Fine, C., Malone, S., & Taylor, S. (2021). Impact of the Brush Day & Night programme on wellbeing, plaque and dental caries in children. *International Dental Journal*, 71(Suppl 1), 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.identj.2021.01.018>
- Melo, P., Malone, S., Rao, A., & Fine, C. (2020). A 21-day school-based toothbrushing intervention in children aged 6 to 9 years in Indonesia and Nigeria: Protocol for a two-arm superiority randomized controlled trial. *JMIR Research Protocols*, 9(2), e14156. <https://doi.org/10.2196/14156>
- Munoz, H., & Standley, E. (2013). Current fluoride modalities for reduction of dental caries. *RDH Magazine*.
- Singh, A., Ghuman, M. S., & Mehta, K. (2014). Oral health education in primary schools: Evaluation of an intervention in rural India. *Indian Journal of Dental Research*, 25(4), 428-434. <https://doi.org/10.4103/0970-9290.141633>