

Bidang Ilmu Kesehatan Masyarakat

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PEMAHAMAN LANSIA TENTANG KESEHATAN GIGI DAN MULUT

Diusulkan :

Dr. drg. Oktavia Dewi, M.Kes	: NIDN : 0015107001
Dr.Herniwanti S,Pd.Kim,MS	: NIDN : 1025019001
Dr.Jasrida Yunita ,SKM,M.Kes	: NIDN : 0027068002
Dr.Endang Puenawati Rahayu.SKM,M.Si	: NIDN : 1025019001

**Diusulkan untuk dibiayai dari DIPA
Stikes Hangtuah Pekanbaru**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KESEHATAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
HANG TUAH PEKANBARU 2020**

HALAMAN PENGESAHAN

- 1 Judul : Upaya Peningkatan pengetahuan dan pemahaman lansia tentang kesehatan gigi dan mulut
- 2 Bidang : Kesehatan Masyarakat
- 3 Ketua Pelaksana
- a. Nama : Dr. drg. Oktavia Dewi, M.Kes
 - b. NIP/NIDN : 0015107001
 - c. Pangkat/Golongan : Pembina / IV a
 - d. Jabatan : Lektor Kepala fungsional/struktural
 - e. Program Studi : Magister IKM
 - f. Bidang Keahlian : Epidemiologi
 - g. Alamat Kantor/Telp./Fax/E-mail : Jl Mustafa Sari No 5 Pekanbaru
 - h. Alamat Rumah/E-mail : dewitavia@yahoo.com
- 4 Jumlah Tim : 3 orang
- a. Anggota 1 : Dr.HerniwantiS,Pd.Kim,MS
 - b. Anggota 2 : Dr.Jasrida Yunita SKM.M.Kes
 - c. Anggota 3 : Dr.Endang Purnawati SKM,M.Si
- 6 Bentuk Kegiatan : Pengabdian
- 7 Lokasi Kegiatan : Kota Pekanbaru
- 8 Biaya : Rp 4.000.000.-

Mengetahui:
Ketua Stikes Hangtuah Pekanbaru

Pekanbaru, 24 Agustus 2020
Ketua Pelaksana

(Ahmad Hanafi, SKM, MKM)
No.Reg.10306114265

(Dr.drg. Oktavia Dewi, M.Kes)
NIDN 0015107001

Menyetujui:
Ketua Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
STIKes Hang Tuah Pekanbaru

(Agus Alamsyah,SKM., M.Kes)
No.Reg10306113204

RINGKASAN

Remaja menjadi fokus perhatian dan titik intervensi yang strategis bagi pembangunan sumber daya manusia. Langkah penting yang harus dilakukan adalah upaya preventif dalam mengatasi permasalahan remaja. Tujuan Pengabdian kepada masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang kesehatan remaja. Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah pemberian materi kesehatan tentang Pergaulan sehat bagi remaja. Materi disampaikan dalam bentuk ceramah, pemutaran video yang dilakukan oleh dosen dibantu oleh mahasiswa. dan dilakukan Pre Test dan Post test untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan remaja terhadap materi yang diberikan.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menua adalah suatu proses yang terjadi secara terus menerus secara alami yang berdampak pada kemunduran fisik, psikologis maupun sosial, sehingga dapat menimbulkan masalah pada diri lanjut usia itu sendiri maupun orang lain. Lanjut usia dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur hidup manusia termasuk biologis, psikologis dan sosial (Kusumawati dan Hartono, 2010). Lanjut usia di dunia bertambah dengan cepat bahkan tercepat dibanding kelompok usia yang lain. Tahun 2000 lanjut usia Indonesia berjumlah 14,4 juta (7,18%), tahun 2007 mencapai 18,96 juta (8,42 %), dan diprediksi akan berlipat ganda menjadi 28,8 juta (11,34%) pada tahun 2020.

Proses menua cenderung menimbulkan masalah kesehatan pada lanjut usia (Ratmini dan Arifin, 2011). Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan fungsi organ tubuh dan berbagai perubahan fisik. Perubahan ini terjadi pada semua tingkat seluler, organ dan sistem (Wangsarahardja, Dharmawan, Eddy, 2007). Termasuk juga perubahan terjadi didalam rongga mulut. Masalah kesehatan gigi dan mulut yang sering terjadi pada lanjut usia adalah terjadinya peningkatan karies gigi penyakit periodontal, yang merupakan penyebab utama kehilangan gigi untuk lanjut usia di Indonesia. Kehilangan gigi adalah kondisi rongga mulut yang telah mengalami kehilangan satu atau lebih gigi pada rahang atas atau bawah. Ketika seseorang telah mengalami kehilangan gigi maka akan mempengaruhi kualitas hidup seseorang, karena hal ini akan mempengaruhi pilihan makanan dan jumlah nutrisi yang akan berubah, serta akan mempengaruhi masalah kesehatan. Selain periodontitis, kehilangan gigi juga disebabkan oleh faktor-faktor lain, seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, kebiasaan buruk seperti merokok, dan penyakit sistemik seperti Osteoporosis (Khalifa, Patrick, Neamant, Manar, 2012).

Indonesia memiliki angka kehilangan gigi yang tergolong tinggi yaitu 24% penduduk dengan kondisi tak bergigi pada masyarakat yang berumur di atas 65 tahun (Amurwaningsih, Nisaa, Darjono, 2012). Komponen gigi usia >65 tahun rerata jumlah gigi berlubang 1,3%, rerata jumlah gigi dicabut/indikasi pencabutan 16,4%, rerata jumlah gigi ditumpat 0,2%, rerata jumlah kerusakan gigi per orang (baik yang masih berupa decay, dicabut maupun ditambal) 17,9%.

Kesehatan gigi dan mulut pada lansia perlu mendapatkan perhatian, hal tersebut dikaitkan dengan penurunan fungsi dan produktifitas lansia serta penyakit sistemik yang menyertai. Proses penuaan adalah peristiwa yang normal dan alamiah yang dialami oleh setiap individu. Perubahan terjadi dari berbagai aspek fisik, mental dan sosial (Abikusno, 2013). Pada usia lanjut akan terjadi berbagai kemunduran pada organ tubuh. Faktor yang juga mempengaruhi kondisi fisik dan daya tahan tubuh lansia adalah pola hidup yang dijalannya sejak usia balita. Pola hidup yang kurang sehat berdampak pada penurunan daya tahan tubuh, masalah umum yang dialami adalah rentannya terhadap berbagai penyakit (Wijayanti, 2008).

Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk memfasilitasi dan membantu memberikan pelayanan kesehatan pada lansia yakni dengan membentuk suatu posyandu lansia. Pada kelompok posyandu lansia program kesehatan gigi dan mulut perlu di berikan dalam rangka menunjang kesehatan lansia secara keseluruhan. Kegiatan yang dilakukan pada posyandu lansia dapat dilaksanakan berupa penyuluhan kesehatan gigi dan mulut, deteksi dini plak gigi, pemeriksaan rongga mulut secara sederhana serta pengisian kartu status.

B. Rumusan Masalah

Seperti telah diuraikan dalam latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang dapat dipecahkan melalui pengabdian kepada masyarakat adalah sebagai berikut:

“Bagaimanakah pengetahuan dan kebiasaanelihara kesehatan gigi dan mulut pada lansia di wilayah puskesmas Harapan raya dan upaya preventif dalam mengatasi permasalahan kesehatan gigi dan mulut pada lansia?”

C. Tujuan Pengabdian

Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman lansia tentang kesehatan gigi dan mulut

D. Manfaat Kegiatan

1. Bagi Masyarakat

Meningkatkan pemahaman pada lansia sehingga dapat menyadari dan menjaga kesehatan gigi dan mulutnya

2. Bagi Puskesmas

Membantu puskesmas dalam rangka menjaja kesehatan gigi dan mulut pada lansia

3. Bagi Institusi Pendidikan

Melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi khususnya dalam bidang pengabdian masyarakat dan mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan yang didapat untuk kepentingan masyarakat langsung.

BAB II

SOLUSI PEMECAHAN MASALAH

1. Bekerja sama dengan puskesmas Harapan raya dalam membantu program Posyandu Lansia yang berkesinambungan.
2. Meningkatkan Pemahaman dan upayaelihara diri terhadap kesehatan gigi dan mulut pada lansia melalui ceramah dan tanya jawab, pemutaran video dan pelatihan dalam rangkaelihara diri menjaga kesehatan gigi dan mulutnya.
3. Kegiatan ini merupakan kegiatan awal yang akan dilakukan secara berkelanjutan.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan bekerja sama dengan Tim KIA dari Puskesmas di Pekanbaru. Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah pemberian materi kesehatan tentang kesehatan gigi dan mulut. Pemberian materi dilakukan dalam bentuk ceramah, pemutaran video yang dilakukan oleh dosen dibantu oleh mahasiswa. Dan Tanya jawab yang dilakukan untuk mengevaluasi tingkat pemahaman lansia terhadap materi yang diberikan.

B. Lokasi dan Waktu Kegiatan

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat akan dilaksanakan di posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas harapan raya di Kota Pekanbaru. Kegiatan pengabdian masyarakat di rencanakan pada bulan Juni 2020

Susunan acara kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah sebagai berikut :

1. 08.00 -08.15 Sambutan Ka Puskesmas atau yang mewakili sekaligus membuka Kegiatan Pengabdian Masyarakat.
2. 08.15- 08.35 . Perkenalan
3. 08.40 -09.10 Materi : Meningkatkan pemahaman lansia tentang kesehatan gigi dan mulut dan peragaan cara menyikat gigi yang benar
4. 11.00- 10.20. Tanya jawab dan uji coba cara penyikatan gigi
5. 11.20 -11.30. Penyerahan Poster Kesehatan
6. 11.30 -11.40. Penutupan.

C. Sasaran Pengabdian Kepada Masyarakat

Sasaran pengabdian kepada Masyarakat adalah semua lansia didaerah wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya di Kota Pekanbaru

D. Tahapan pelaksanaan kegiatan.

Metode penerapan ipteks yang dilakukan di mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan hingga evaluasi kegiatan.

a. Tahap Persiapan.

Bekerja sama dengan Puskesmas di Pekanbaru untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Bersama puskesmas menentukan lokasi tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat.

b. Tahap Pelaksanaan

Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dalam bentuk pemberian materi, pemutaran video. Selain itu dilakukan juga pre test dan post test untuk mengetahui pemahaman lansia terkait dengan materi yang disampaikan.

c. Tahap Evaluasi

Evaluasi adalah penilaian terhadap kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan. Evaluasi dilakukan pada akhir kegiatan supaya bisa mengetahui apakah kegiatan yang dilakukan berhasil atau tidak. Evaluasi terhadap keberhasilan program penyuluhan dengan melihat adanya peningkatan pengetahuan lansia sebelum dan sesudah pemberian materi dilakukan

BAB IV

LUARAN DAN TARGET CAPAIAN

Luaran yang diharapkan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, akan menghasilkan laporan, artikel dan poster dengan pokok bahasan Pergaulan sehat bagi remaja

1. Laporan pengabdian masyarakat
2. Artikel pengabdian masyarakat, yang dipublikasikan pada jurnal pengabdian masyarakat Universitas Tabrani Raba tau Jurnal Dinamisia Universitas Lancang Kuning,
3. Poster Pengabdian Kepada Masyarakat

BAB V
BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

A. Anggaran Biaya

Rincian anggaran belanja pengabdian kepada masyarakat yang diusulkan adalah:

1. Bahan dan peralatan				
Material	Justifikasi pemakaian	Kuantitas	Harga satuan (Rp)	Jumlah
Foto copy Kuesioner	Pre dan Post	200	Rp 500	Rp 100.000
Poster	modul	1	Rp 500.000	Rp 500.000
Makan siang	Dosen, staf Puskesmas dan Kader	10	Rp 50.000	Rp 500.000
Snack kotak	coffee break	50	Rp 20.000	Rp 1.000.000
Air mineral	minuman	4	Rp 50.000	Rp 200.000
Spanduk	Spanduk	1	Rp 200.000	Rp 100.000
Jumlah				Rp 2.400.000

2. Perjalanan				
Perjalanan	Justifikasi pemakaian	Kuantitas	Harga satuan (Rp)	Jumlah
Taxi online	tansportasi ke lapangan (4 kali PP)	4	Rp 125.000	Rp 500.000
Jumlah				Rp 500.000

3. Lain-lain				
Kegiatan	Justifikasi pemakaian	Kuantitas	Harga satuan (Rp)	Jumlah
Pembuatan Proposal dan laporan	Proposal dan laporan	10	50.000	Rp 500.000
Publikasi Jurnal	Artikel Pengabmas	1	600.000	Rp. 600.000
Jumlah				Rp 1.100.000
Total Keseluruhan				Rp 4.000.000

B. Jadwal Kegiatan

Tabel 2. Rencana dan jadwal kerja

No	Kegiatan	Tujuan	Sasaran	Tempat	Waktu
1	Meminta persetujuan untuk dilakukan upaya preventif kepada petugas kesehatan/ puskesmas/posyandu lansia	Meminta persetujuan petugas kesehatan puskesmas/posyandu lansia untuk diadakan penyuluhan	Petugas kesehatan/ puskesmas, posyandu lansia, lansia	Puskesmas/p osyandu lansia	Maret 2020
2	Membicarakan rencana penyuluhan dengan pihak puskesmas	Pihak puskesmas mengetahui lansia yang di beri penyuluhan	Pimpinan Puskesmas/pemegang program posyandu lansia	Puskesmas/p osyandu lansia	Maret 2020
3	Menyiapkan Materi penyuluhan, kuesioner untuk pre dan post test	Tersedia materi penyuluhan	Dosen yang melakukan pengabdian kepada masyarakat dan puskesmas	Kampus	April 2020
4	Menyiapkan materi dan alat peraga penyuluhan	Tersedia materi pelatihan dan alat peraga penyuluhan	Dosen yang melakukan pema	Kampus dan puskesmas	April 2020
5	Menyiapkan tempat penyuluhan	Tersedia tempat yang representatif untuk pelatihan	Ruang siswa	Sekolah	April 2020
6	Mempersiapkan narasumber 1 orang	Kesiapan narasumber untuk memberikan penyuluhan	Narasumber	Sekolah, kampus	Mei 2020
7	Pelaksanaan penyuluhan 1 x turun, pre-post test	Terlaksananya upaya preventif a. Pengetahuan b. pemahaman	siswa	Sekolah, kampus	Juni 2020
8	Evaluasi kegiatan	Menilai pelaksanaan kegiatan penyuluhan	Kegiatan pelatihan	Kampus	Juni 2020
9	Pelaporan	Membuat laporan kegiatan	Dosen	Kampus	Juli 2020
10	Publikasi	Mempublikasi hasil kegiatan dalam jurnal pengabdian	Dosen	Kampus	Juli 2020

Lampiran 1: Materi Penyuluhan Kesehatan gigi dan Mulut Lansia

MERAWAT KESEHATAN GIGI DAN MULUT LANSIA, KUNCI SENYUM INDAH DI HARI TUA

Seiring bertambahnya usia, kemampuan mengunyah Anda mungkin akan berkurang, terutama jika Anda kehilangan gigi dan memakai gigi palsu yang tidak pas. Selain itu, gangguan mulut dan gigi lebih sering berkembang saat usia semakin bertambah, seperti bau mulut, gigi berlubang, penyakit gusi dan infeksi. Namun, ada banyak cara untuk mencegah masalah mulut dan gigi agar tetap sehat saat usia lanjut nanti. Bagaimana caranya merawat gigi dan mulut lansia? Simak tips-tipsnya berikut ini.

Tips merawat gigi dan mulut lansia

Menurut *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC), sebanyak 23 persen orang berusia 65-74 tahun memiliki gangguan mulut dan gigi yang parah. Hal ini sering terjadi akibat dari tidak merawat gigi dan mulut dengan baik.

Berikut adalah tips untuk mencegah masalah mulut dan gigi pada lansia, untuk memiliki mulut dan gigi yang tetap sehat saat masa tua nanti.

1. Batasi makanan manis dan mengandung pati

Anda bisa mencegah gangguan mulut dan gigi dengan mengurangi atau membatasi makanan atau minuman yang manis dan mengandung pati. Keduanya merupakan makanan dan minuman yang dapat merusak gigi, berapapun usia Anda, baik anak-anak maupun lansia.

Gula menciptakan asam yang dapat mengikis gigi Anda. Sementara, makanan yang mengandung pati menempel ke gigi dan membentuk plak, sehingga membuat bakteri menumpuk di gigi.

Selain itu, hindari juga makanan atau minuman yang mengandung pemanis buatan seperti aspartam, yang cenderung membuat Anda ngidam lebih banyak gula, menambah berat badan, sekaligus meningkatkan risiko diabetes, tekanan darah tinggi serta penyakit jantung.

2. Sikat dan flossing gigi setiap hari

Pastikan Anda terus menyikat gigi sebanyak dua kali sehari dan flossing gigi setiap hari. Ingat, kedua hal ini termasuk cara merawat gigi dan mulut yang paling dasar yang wajib dilakukan, seperti apa pun kondisi kesehatan lansia.

Sikat gigi dapat melindungi gigi Anda dari penumpukan plak, pembusukan dan penyakit gusi. Selain melakukan sikat dan flossing gigi, sebaiknya Anda juga membersihkan gigi dengan berkumur cairan antiseptik 1-2 kali sehari. Menurut American Dental Association, rutin berkumur dengan cairan antiseptik dapat mencegah penumpukan plak dan penyakit gusi.

3. Kunjungi dokter gigi secara teratur

Dengan mengunjungi dokter gigi secara teratur, dapat membantu Anda untuk mendeteksi masalah gigi yang mungkin terjadi di tahap awal. Jika Anda menunda perawatan, Anda mungkin akan mengalami kerusakan gigi permanen.

Ketika Anda berada di klinik gigi, dokter akan memeriksa dan merawat gigi lansia secara menyeluruh, sampai ke titik yang tidak dapat Anda capai. Ini akan membuat gigi, gusi, dan mulut Anda lebih sehat.

4. Berhenti merokok

Merokok dapat mempercepat kerusakan mulut dan gigi dan jaringan mulut dengan menurunkan sistem kekebalan dan mengurangi jumlah oksigen dalam darah.

Perokok sangat rentan terhadap penyakit gusi. Maka, rokok menjadi perhatian penting dalam proses penuaan yang berkaitan dengan gigi. Merokok juga merupakan faktor risiko dalam pengembangan kanker mulut.

Oleh karena itu, jika Anda seorang perokok lebih baik berhenti merokok dan mulailah hidup lebih sehat.

5. Merawat gigi sesuai anjuran dokter

Jika Anda pernah melakukan implan gigi atau tambal gigi, ini perlu perawatan yang sesuai untuk tetap mendapatkan gigi yang sehat di masa tua nanti. Lakukan perawatan yang dianjurkan dokter untuk mempertahankan perbaikan gigi yang Anda miliki.

Jika Anda memakai gigi palsu, pastikan Anda menjaganya tetap bersih dan ikuti panduan perawatan khusus dokter gigi Anda. Sama seperti gigi alami, gigi palsu bisa bertahan lama jika Anda merawatnya dengan baik.

Jika Anda mengalami tanda-tanda gigi yang mulai tidak sehat, bau mulut, atau ketidaknyamanan pada gigi dan mulut, segera kunjungi dokter gigi Anda.

6. Menjaga pola makan sehat

Pola makan yang sehat dan seimbang akan membantu merawat gigi dan mulut lansia. Pastikan untuk menambahkan makanan hasil fermentasi dalam diet untuk membantu menyeimbangkan bakteri yang hidup di mulut.

Makanan hasil fermentasi misalnya keju, mentega, kefir, dan yogurt. Anda juga bisa menambahkan makanan fermentasi lainnya seperti kimchi, kombucha, atau miso dalam menu harian Anda.

Selain itu, konsumsi makanan yang dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh Anda. Ini akan membantu melindungi Anda dari infeksi dan penyakit termasuk di mulut, saat Anda bertambah usia.

Beberapa makanan peningkat kekebalan tubuh termasuk bawang putih, minyak kelapa, sayuran hijau, spirulina, buah pepaya, kiwi, dan jeruk.

Lampiran 2. Surat izin Pengabdian



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
email : info.stikes@hangtuhapekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhapekanbaru.ac.id

No : 12/STIKes-HTP/VII/2020/0267
Lamp. :-
Perihal : Permohonan Rekomendasi Izin
Pengabdian Dosen

Pekanbaru, 20 Juli 2020

Kepada Yth.
Ibu ketua Kader Posyandu Lansia Tangkerang Labuai

di-
Pekanbaru

Dengan hormat

Bersama ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu, bahwa dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru bermaksud akan melakukan pengabdian dalam rangka memenuhi kewajiban/tugas-tugas dalam melakukan tridharma perguruan tinggi, sebagai berikut:

Nama	: Dr.drg.Oktavia Dewi.M.Kes	NIDN : 0015107001
	Dr. Endang Purnawati Rahayu, SKM.M.Si	NIDN : 1025019001
	Dr. Herniwanti.S.Pd.Kim.M.S	NIDN : 1020117401
	Jasrida Yunita, SKM., M.Kes	NIDN : 0027068002
Tempat Pengabdian	: Posyandu Lansia Tangkerang Labuai – Jln. Kesadaran Puskesmas Saptaruna- Kec. Bukit Raya, Kota Pekanbaru	
Judul Pengabdian	: Lansia Aktif Dan Sehat Menghadapi Masa New Normal, "Kesehatan gigi dan Mulut Pada Lansia"	

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin pengabdian sehingga pengabdian yang dimaksud dapat berjalan sebagaimana mestinya dan selesai tepat pada waktunya.

Demikianlah dapat kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

STIKes Hang Tuah Pekanbaru
Ketua

H. Ahmad Hanafi, SKM., M. Kes
No Reg : 10306114265

Lampiran 3 : foto pengabdian masyarakat tentang upaya peningkatan pemahaman lansia tentang kesehatan gigi dan mulut

