



Open access article



EDUKASI DINI BIJAK MENGGUNAKAN OBAT KUMUR HERBAL DARI GARAM HIMALAYA SEBAGAI USAHA PREVENTIF UNTUK MENCEGAH PERKEMBANGBIAKAN BAKTERI PADA RONGGA MULUT PADA KADER POSYANDU KEL. KARUNRUNG

Early Education On Wise Using Herbal Mouthwash From Himalayan Salt As A Preventive Efforts To Prevent Bacteria Breeding In The Oral Cavity In Posyandu Cadres In Karunrung Village

Penulis / Author (s)

Asriadiana¹  ¹Poltekkes Kemenkes Makassar, Makassar, Indonesia

Ernie Thiortz¹ 

Nurwiyana Abdullah¹

Koresponden : Asriadiana 

e-mail korespondensi: asridianapoltekkes@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.32382/jpk.v16i1.3484>

ARTICLE INFO

ABSTRACT / ABSTRAK

Keywords:

Bacteria
Making mouthwash

Kata Kunci

Bakteri
Pembuatan obat kumur

Mouthwash should not be used carelessly because if used incorrectly it can cause side effects even though it has many benefits. Mouthwash is a liquid antiseptic that has been proven to help eliminate bad breath. This liquid removes bacteria from places that are difficult to reach with a toothbrush. Mouthwash has several benefits for maintaining dental and oral health, including reducing dental plaque, preventing caries and cavities, and treating mouth inflammation. Mouthwash has several advantages, but also has several disadvantages, such as: drying the mouth, worsening mouth inflammation, and triggering allergic reactions. The purpose of this activity is to educate Integrated Health Post cadres and the public about how to make mouthwash for their own use, how to use mouthwash that is made by themselves, and how to use mouthwash that is sold freely. This community service will be carried out in May - July 2024 in Karunrung Village, Rappocini District, Makassar, starting from exploration, licensing, and implementation of counseling, education on the manufacture and use of mouthwash to prevent the growth of bacteria in the oral cavity.

Obat kumur tidak boleh digunakan sembarangan karena jika digunakan secara tidak tepat dapat menyebabkan efek samping meskipun banyak manfaatnya. Obat kumur adalah antiseptik cair yang telah terbukti membantu menghilangkan bau mulut. Cairan ini menghilangkan bakteri dari tempat yang sulit dijangkau dengan sikat gigi. Obat kumur memiliki beberapa manfaat untuk menjaga kesehatan gigi dan rongga mulut, antara lain: mengurangi plak gigi,

mencegah karies dan gigi berlubang, serta mengatasi radang mulut. Obat kumur memiliki sejumlah keunggulan, namun juga memiliki sejumlah kelemahan, seperti: mengeringkan mulut, memperparah radang mulut, dan memicu reaksi alergi. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk mengedukasi para kader posyandu dan masyarakat umum tentang cara membuat obat kumur untuk digunakan sendiri, cara penggunaan obat kumur yang dibuat sendiri, dan cara menggunakan obat kumur yang dijual bebas. Pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan pada bulan Mei - Juli 2024 di Kelurahan Karunrung, Kecamatan Rappocini Makassar mulai dari penjajakan, perizinan, dan pelaksanaan penyuluhan, edukasi pembuatan dan penggunaan obat kumur untuk mencegah perkembangbiakan bakteri dalam rongga mulut.

PENDAHULUAN

Sebagai tambahan dari rutinitas menyikat gigi dan *flossing* (benang gigi), digunakan obat kumur. Obat kumur tidak boleh digunakan sembarangan karena jika digunakan secara tidak tepat dapat menyebabkan efek samping meskipun banyak manfaatnya. Obat kumur adalah antiseptik cair yang telah terbukti membantu menghilangkan bau mulut. Cairan ini menghilangkan bakteri dari tempat yang sulit dijangkau dengan sikat gigi (Agustin, 2021).

Menurut beberapa penelitian, banyak manfaat obat kumur antara lain: menurunkan indeks plak (Asridiana & Thioritz, 2020) mengurangi plak dalam jangka pendek (Tidke et al., 2022), mencegah karies (Setyaningrum et al., 2022), mengurangi jumlah kuman dalam rongga mulut (Lasmini, 2022), mengurangi bau mulut dan bakteri penyebab bau mulut (Kim & Nam, 2022). Selain manfaatnya yang banyak, ternyata dampak buruk obat kumur juga banyak apabila tidak bijak dalam menggunakannya. Adapun dampak buruk obat kumur antara lain: mengeringkan mulut, memperparah radang mulut, dan memicu reaksi alergi (Agustin, 2021).

Mengingat obat kumur memiliki banyak manfaat dan dampak buruk, maka perlu edukasi kepada masyarakat tentang cara penggunaan obat kumur agar memperoleh manfaat yang banyak dengan dampak buruk yang minimal. Penggunaan obat kumur yang terlalu banyak dikhawatirkan dapat membahayakan bakteri menguntungkan tersebut. Munculnya jamur di mulut ini kemudian dikatakan disebabkan oleh terganggunya bakteri baik tersebut. Ada kemungkinan bahan kimia dalam obat kumur membunuh bakteri baik, menyebabkan jamur tumbuh di mulut.

Dalam kegiatan ini lebih diprioritaskan pada edukasi penggunaan obat kumur herbal sebagai upaya preventif mencegah perkembangbiakan bakteri pada rongga mulut. Dalam kegiatan ini masyarakat diajarkan cara pembuatan obat kumur herbal dari garam

Himalaya untuk digunakan sendiri. Selain menggunakan obat kumur yang dibuat sendiri, masyarakat juga diajarkan cara menggunakan obat kumur yang dijual bebas di pasaran.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran, tempat dan waktu PKM

Subyek yang menjadi khalayak sasaran utama dalam pengabdian masyarakat ini adalah kader posyandu dan masyarakat umum di Kelurahan Karunrung, Kecamatan Rappocini Kota Makassar pada bulan Mei - Juli 2024 pada bulan Mei - Juli 2024.

Metode PKM yang digunakan

Metode atau cara pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dengan melakukan penyuluhan kepada khalayak sasaran atau mitra dalam hal ini para kader posyandu dan masyarakat umum tentang cara pembuatan, dan penggunaan obat kumur sebagai tindakan preventif mencegah perkembangbiakan bakteri dalam rongga mulut.

Tahapan Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan oleh TIM Pengabdian Kepada Masyarakat yang terdiri dari 2 orang Dosen dan 6 orang mahasiswa dari Jurusan Keperawatan Gigi.

Tahap Pelaksanaan

Proses pelaksanaan dimulai dengan survei dan sosialisasi pada lokasi yang akan dilakukan kegiatan untuk memberikan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan, dilanjutkan dengan pengambilan data awal dengan menyiapkan kartu status dan membuat jadwal kegiatan. Pada waktu kegiatan peserta diukur suhu badan sebelum dilaksanakan kegiatan, kemudian dilanjutkan dengan mengumpulkan masyarakat dalam suatu ruangan dan melakukan penyuluhan dan tanya jawab tentang pentingnya edukasi tentang cara pembuatan obat kumur. Praktik cara penggunaan

obat kumur menggunakan obat kumur yang dibuat sendiri dan obat kumur yang dijual bebas

Tahap Evaluasi

Pada tahap ini dievaluasi sejauh mana peningkatan pengetahuan dan keterampilan khalayak sasaran. Untuk peningkatan pengetahuan, dilakukan sesi tanya jawab pada akhir penyuluhan untuk mengukur secara langsung tingkat pemahaman khalayak sasaran terhadap materi yang diberikan.

Pengukuran Keberhasilan Kegiatan

Target capaian yang diharapkan pada kegiatan ini adalah prosiding ber ISBN dari seminar nasional atau internasional, atau modul pengabdian masyarakat, atau peningkatan pemahaman dan keterampilan masyarakat sesuai draf dimana pada akhir kegiatan akan tercapai.

HASIL dan PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Karunrung, Kecamatan Rappocini Kota Makassar. Adapun jarak Jurusan

Keperawatan Gigi Poltekkes Kemenkes RI Makassar ke lokasi pengabdian adalah 3,6 - 4,5 kilometer. Kegiatan ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat tentang pembuatan dan penggunaan obat kumur.

Kegiatan ini diikuti oleh para kader posyandu dan masyarakat umum. Proses pelaksanaan kegiatan dimulai dengan survei dan sosialisasi di lokasi yang akan menjadi tempat kegiatan, bertujuan untuk memberikan penjelasan kepada masyarakat tentang aktivitas yang akan dilakukan. Setelah itu, dilakukan pengambilan data awal dengan menyiapkan kartu status dan membuat jadwal kegiatan. Peserta kemudian dikumpulkan dalam suatu ruangan untuk mengikuti penyuluhan dan sesi tanya jawab mengenai pentingnya edukasi cara pembuatan obat kumur. Selanjutnya, dilakukan praktik pembuatan obat kumur dengan bahan dasar garam Himalaya. Setelah itu, peserta akan mempraktikkan cara penggunaan obat kumur, baik yang dibuat sendiri maupun yang dijual bebas.

Tabel 1. Dokumentasi Kegiatan

No	Tahapan Kegiatan	Keterangan	Dokumentasi
1	Sambutan dari Lurah Setempat	Sambutan dari Lurah Karunrung, tentang kegiatan yang akan dilaksanakan oleh Tim Pengabdian dari Poltekkes Kemenkes Makassar	
2	Pemaparan Materi	Pemaparan Materi dari Ketua Pengabdian	

3	Bahan Pembuatan Obat Kumur	Bahan Pembuatan Obat Kumur, terdiri dari air, garam himalaya, dan Siwak.	
---	----------------------------	--	--

Luaran

1. Luaran wajib
Luaran wajib dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa :
 - a. Jurnal nasional atau internasional, atau
 - b. Modul pengabdian masyarakat, atau
 - c. Peningkatan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam membuat obat kumur untuk digunakan sendiri.
2. Luaran Tambahan
Luaran tambahan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa :
 - a. HaKI, atau
 - b. Jejaring kerjasama

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian pada masyarakat ini mendapatkan respon yang positif dari peserta kegiatan yang terdiri dari kader dan masyarakat umum. Hal tersebut dibuktikan dengan banyaknya peserta yang hadir, termasuk lurah Karunrung, Kecamatan Rappocini.

SARAN

- Dengan mengembangkan kegiatan pengabdian masyarakat, dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:
1. Adanya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diharapkan menjadi opsi paling baik untuk menjaga kerja sama mitra antara Poltekkes Makassar Jurusan Keperawatan Gigi dengan Pihak Kelurahan Karunrung, Kecamatan Rappocini, Kota Makassar.
 2. Untuk keberlanjutan program ini, disarankan agar edukasi serupa dilakukan secara berkala guna memperbarui pengetahuan kader Posyandu dan memperkenalkan inovasi baru dalam kesehatan mulut. Selain itu, perlu

dilakukan evaluasi berkala terhadap pemahaman dan penerapan yang telah dilakukan oleh para kader, serta melibatkan lebih banyak anggota masyarakat untuk ikut serta dalam kegiatan ini agar manfaatnya dapat dirasakan lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, S. (2021). Manfaat Obat Kumur dan Efek Samping yang Dapat Terjadi. *Alodokterokter*.
<https://www.alodokter.com/selalu-akhiri-dengan-obat-kumur>
- Asridiana, A., & Thioritz, E. (2020). Efektivitas penggunaan obat kumur beralkohol dan non-alkohol terhadap penurunan indeks plak mahasiswa d-iv jurusan keperawatan gigi poltekkes makassar. *Media Kesehatan Gigi: Politeknik Kesehatan Makassar*, 18(2).
- Kim, Y.-R., & Nam, S.-H. (2022). The Effect of Mouthwash with *Sambucus williamsii* var. *coreana* Extract on Halitosis: A Randomised, Double-Blind, Placebo-Controlled Study. *Oral Health Prev Dent*, 20, 305–312.
- Lasmini, T. (2022). Pengaruh Obat Kumur Berbasis Fluoride Dan Essential Oils Terhadap Jumlah Angka Kuman Rongga Mulut. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol*, 14(1).
- Setyaningrum, M. D., Kamaruddin, M., & Sulistyorini, R. (2022). Pencegahan Karies dengan Obat Kumur Air Seduh Teh Hijau (*Camellia sinensis*) dalam Penghambatan *Streptococcus mutans* melalui Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 5.
- Tidke, S., Chhabra, G. K., Madhu, P. P., Reche, A., Wazurkar, S., Singi, S. R., Paul, P., & Wazurkar IV, S. (2022). The Effectiveness of Herbal Versus Non-Herbal Mouthwash for Periodontal Health: A Literature Review. *Cureus*, 14(8).



Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution, and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons license, and indicate if changes were made. The images or other third-party material in this article are included in the article's Creative Commons license unless indicated otherwise in a credit line to the material. If material is not included in the article's Creative Commons license and your intended use is not permitted by statutory regulation or exceeds the permitted use, you will need to obtain permission directly from the copyright holder. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>.