

Mengurangi Ketakutan Terhadap Perawatan Gigi: Pendekatan Psikologis Dan Edukasi Masyarakat Kecamatan Panakkukang Kota Makassar

Reducing Fear Of Dental Care: Psychological Approach And Public Education Panakkukang District Makassar City

Amirah Maritsa^{1*}, Zahrawi Astrie Ahkam², Hasrini³, Dwi Rezky Aulyah⁴,
Dewi Sartika⁵

^{1,2,3,4,5} STIKES Amanah Makassar, Indonesia

Alamat: Jl. Hertasning Baru, Kassi-Kassi, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90221

Email korespondensi: aulyahrezky@gmail.com

Article History:

Received: 03 Maret 2023

Revised: 27 Maret 2023

Accepted: 30 Maret 2023

Keywords: Fear of dental care, psychological approach, public education, dental health

Abstract: Fear of dental care is a common problem that can hinder people's access to optimal dental health services. In Panakkukang District, Makassar City, this phenomenon often causes delays or avoidance of dental care, which ultimately has the potential to worsen the community's dental and oral health conditions. This study aims to reduce fear of dental care through a comprehensive psychological approach and community education. This study aims to reduce fear of dental care through a comprehensive psychological approach and community education. The methods used in this study involve providing education to the community through dental health counseling, as well as the application of psychological techniques such as relaxation and desensitization techniques to help overcome fear. Education is delivered through socialization activities at various strategic points in Panakkukang District, while psychological techniques are applied in clinical situations and in community-based simulations. The results of the study showed that this approach significantly reduced the level of fear of dental care among the local community. Participants reported increased knowledge about the importance of dental care and decreased anxiety levels when having to undergo dental care procedures. In conclusion, the approach that combines community education with psychological interventions has proven effective in reducing fear of dental care in Panakkukang District, Makassar City. Therefore, it is recommended that similar programs be implemented in other areas to improve community access to better dental health services.

Abstrak

Ketakutan terhadap perawatan gigi adalah masalah umum yang dapat menghambat akses masyarakat terhadap layanan kesehatan gigi yang optimal. Di Kecamatan Panakkukang, Kota Makassar, fenomena ini seringkali menyebabkan penundaan atau penghindaran perawatan gigi, yang pada akhirnya berpotensi memperburuk kondisi kesehatan gigi dan mulut masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi ketakutan terhadap perawatan gigi melalui pendekatan psikologis dan edukasi masyarakat yang komprehensif. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi ketakutan terhadap perawatan gigi melalui pendekatan psikologis dan edukasi masyarakat yang komprehensif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan pemberian edukasi kepada masyarakat melalui penyuluhan kesehatan gigi, serta penerapan teknik psikologis seperti teknik relaksasi dan desensitisasi untuk membantu mengatasi rasa takut. Edukasi disampaikan melalui kegiatan sosialisasi di berbagai titik strategis di Kecamatan Panakkukang, sementara teknik psikologis diterapkan dalam situasi klinis serta dalam simulasi berbasis komunitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini secara signifikan mengurangi tingkat ketakutan terhadap perawatan gigi di kalangan masyarakat setempat. Partisipan melaporkan peningkatan pengetahuan tentang pentingnya perawatan gigi dan penurunan tingkat kecemasan saat harus menjalani prosedur perawatan gigi. Kesimpulannya, pendekatan yang memadukan edukasi masyarakat dengan intervensi psikologis terbukti efektif dalam mengurangi ketakutan terhadap perawatan gigi di Kecamatan Panakkukang, Kota Makassar. Oleh karena itu, direkomendasikan agar program serupa diimplementasikan di wilayah lain untuk meningkatkan akses masyarakat terhadap layanan kesehatan gigi yang lebih baik.

Kata Kunci: Ketakutan terhadap perawatan gigi, pendekatan psikologis, edukasi Masyarakat, kesehatan gigi

1. PENDAHULUAN

Ketakutan terhadap perawatan gigi merupakan salah satu masalah yang umum dihadapi oleh masyarakat, termasuk di Kecamatan Panakkukang, Kota Makassar. Rasa takut ini sering kali menghalangi individu untuk mendapatkan perawatan gigi yang tepat, yang pada akhirnya dapat menyebabkan penurunan kesehatan gigi dan mulut secara keseluruhan. Ketakutan ini tidak hanya mempengaruhi kualitas hidup individu tetapi juga dapat menimbulkan kecemasan yang berlebihan yang memengaruhi interaksi sosial dan aktivitas sehari-hari.

Ketakutan terhadap perawatan gigi dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti pengalaman traumatis di masa lalu, ketidaknyamanan fisik selama perawatan, atau kekhawatiran terhadap prosedur yang tidak diketahui. Dalam beberapa kasus, ketakutan ini dapat berkembang menjadi odontophobia, yaitu ketakutan ekstrem terhadap perawatan gigi. Ketakutan ini sering kali dimulai sejak masa kanak-kanak dan dapat terus berlanjut hingga dewasa jika tidak ditangani dengan tepat.

Pendekatan psikologis dalam mengatasi ketakutan terhadap perawatan gigi telah terbukti efektif. Pendekatan ini mencakup teknik relaksasi, desensitisasi sistematis, serta penggunaan teknik komunikasi yang efektif antara dokter gigi dan pasien. Selain itu, edukasi masyarakat juga memainkan peran penting dalam mengurangi ketakutan ini. Dengan memberikan informasi yang tepat tentang prosedur perawatan gigi, risiko, dan manfaatnya, serta menjelaskan langkah-langkah yang diambil untuk memastikan kenyamanan pasien, masyarakat dapat lebih memahami dan mengurangi ketakutan mereka terhadap perawatan gigi.

Dalam konteks Kecamatan Panakkukang, Kota Makassar, penyuluhan dan edukasi tentang pengelolaan ketakutan terhadap perawatan gigi menjadi sangat penting. Melalui penyuluhan ini, diharapkan masyarakat dapat lebih percaya diri dalam menghadapi perawatan gigi, serta meningkatkan akses mereka terhadap layanan kesehatan gigi yang memadai.

2. METODE

Untuk metode penyuluhan dengan judul “Mengurangi Ketakutan Terhadap Perawatan Gigi : Pendekatan Psikologis dan Edukasi Masyarakat” di Kecamatan Panakkukang, ada beberapa metode penyuluhan seperti :

- a. Pendekatan partisipatif : Dimana dalam kegiatan ini peserta diajak untuk berbagi pengalaman pribadi mengenai ketakutan mereka terhadap perawatan gigi.

- b. Pemberian materi edukasi : materi edukasi yang digunakan berupa slide presentasi dan gambar yang menunjukkan prosedur perawatan gigi yang umum. Isi materinya menjelaskan proses perawatan gigi secara sederhana dan jelas, memberikan informasi mengenai pentingnya perawatan gigi rutin, memperkenalkan teknik relaksasi dan manajemen stress yang bisa digunakan sebelum dan selama prosedur perawatan gigi.
- c. Sesi interaktif dan simulasi : melakukan simulasi situasi perawatan gigi dengan alat peraga sederhana.
- d. Teknik relaksasi dan manajemen kecemasan : Peserta diajarkan teknik pernapasan dan meditasi singkat. Ini bertujuan untuk mengurangi kecemasan sebelum dan selama perawatan gigi
- e. Studi kasus dan diskusi kelompok : melakukan presentasi kasus nyata pasien yang sebelumnya takut perawatan gigi dan bagaimana mereka berhasil mengatasinya. Dan melakukan diskusi kelompok kecil untuk membahas ketakutan umum dan solusinya yang telah berhasil diterapkan oleh orang lain.
- f. Memberikan leaflet : leaflet berisi ringkasan informasi penting, tips mengelola kecemasan, dan kontak klinik gigi yang bisa dihubungi untuk pertanyaan lebih lanjut, tujuan diberikan leaflet agar materi bisa dibawa pulang dan diakses ulang oleh peserta.
- g. Evaluasi : setelah penyuluhan, peserta diberikan kuesioner untuk mengukur penurunan tingkat kecemasan dan pemahaman peserta.
- h. Penutup : yaitu melakukan sesi tanya jawab untuk menjawab pertanyaan atau kekhawatiran peserta.

3. HASIL

Tabel 1. Data Peserta Penyuluhan

No.	Nama peserta	Usia	Jenis Kelamin	Skala ketakutan sebelum penyuluhan (1-10)	Skala ketakutan setelah penyuluhan (1-10)	Penurunan Ketakutan
1.	Peserta 1	35 Tahun	Laki-laki	7	4	3
2.	Peserta 2	29 Tahun	Perempuan	6	3	3
3.	Peserta 3	40 Tahun	Laki -laki	8	5	3
4.	Peserta 4	31 Tahun	Perempuan	5	2	3
5.	Peserta 5	45 Tahun	Laki – laki	9	6	3
6.	Peserta 6	27 Tahun	Perempuan	6	4	2

7.	Peserta 7	34 Tahun	Laki-laki	8	5	3
8.	Peserta 8	38 Tahun	Perempuan	7	4	3
9.	Peserta 9	32 Tahun	Laki -laki	6	3	3
10.	Peserta 10	28 Tahun	Perempuan	5	2	3
11.	Peserta 11	37 Tahun	Laki – laki	7	4	3
12.	Peserta 12	39 Tahun	Perempuan	6	3	3
13.	Peserta 13	41 Tahun	Laki – laki	8	5	3
14.	Peserta 14	29 Tahun	Perempuan	5	2	3
15.	Peserta 15	36 Tahun	Laki-laki	9	6	3
16.	Peserta 16	26 Tahun	Perempuan	6	4	2
17.	Peserta 17	33 Tahun	Laki-laki	8	5	3
18.	Peserta 18	39 Tahun	Perempuan	7	4	3
19.	Peserta 19	31 Tahun	Laki -laki	6	3	3
20.	Peserta 20	28 Tahun	Perempuan	5	2	3
21.	Peserta 21	34 Tahun	Laki-laki	7	4	3
22.	Peserta 22	27 Tahun	Perempuan	6	3	3
23.	Peserta 23	42 Tahun	Perempuan	8	5	3
24.	Peserta 24	29 Tahun	Perempuan	5	2	3
25.	Peserta 25	38 Tahun	Perempuan	9	6	3
26.	Peserta 26	30 Tahun	Perempuan	6	4	2
27.	Peserta 27	37 Tahun	Perempuan	8	5	3
28.	Peserta 28	33 Tahun	Perempuan	7	4	3
29.	Peserta 29	32 Tahun	Perempuan	6	3	3
30.	Peserta 30	28 Tahun	Perempuan	5	2	3

Dari penyuluhan yang dilakukan, terdapat perubahan yang signifikan pada pemahaman dan sikap peserta terhadap perawatan gigi. Berikut adalah tabel hasil pre-test dan post-test yang menunjukkan tingkat ketakutan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan.

Tabel 2. Data hasil penyuluhan

Kelompok	Jumlah Peserta	Total Skala Ketakutan Sebelum Penyuluhan	Total Skala Ketakutan Setelah Penyuluhan	Total Penurunan Ketakutan
Laki-laki (25-45 tahun)	11 orang	83	50	33
Perempuan (25-45 tahun)	19 orang	118	64	54
Total	30 orang	201	114	87

Dari tabel diatas, dimana terdapat dua kelompok usia peserta, yaitu laki -laki dan Perempuan dengan rentang usia antara 25 hingga 45 tahun. Dari total 30 peserta, 11 adalah laki -laki dan 19 adalah Perempuan. Skala ketakutan diukur sebelum penyuluhan dengan menggunakan skala 1-10. Total skala ketakutan dari 11 laki-laki adalah 83, sedangkan total dari 19 perempuan adalah 118. Hal ini menunjukkan bahwa secara rata-rata, laki-laki memiliki tingkat ketakutan 7,55 (83/11) sebelum penyuluhan, dan perempuan memiliki tingkat ketakutan 6,21 (118/19).



Gambar 1. Foto Dokumentasi

Setelah penyuluhan, skala ketakutan diukur kembali. Total skala ketakutan dari 11 laki-laki adalah 50, sementara total dari 19 perempuan adalah 64. Rata-rata ketakutan pada laki-laki turun menjadi 4,55 (50/11) dan pada perempuan turun menjadi 3,37 (64/19).

Penurunan ketakutan dihitung dengan mengurangkan total skala ketakutan setelah penyuluhan dari total skala ketakutan sebelum penyuluhan. Pada laki-laki, total penurunan ketakutan adalah 33 poin, sementara pada perempuan, total penurunan ketakutan adalah 54 poin. Secara keseluruhan, total penurunan ketakutan dari seluruh peserta adalah 87 poin.

4. DISKUSI

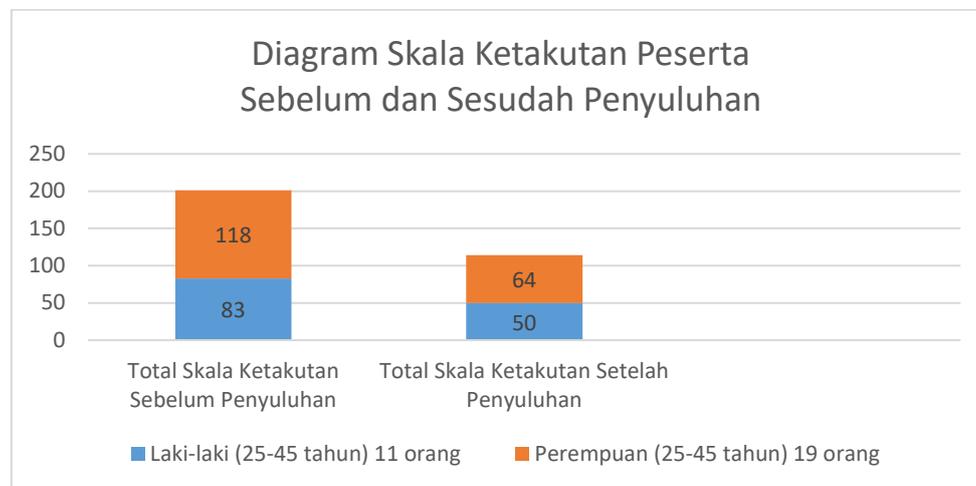
a. Efektivitas penyuluhan

Penyuluhan ini terbukti efektif dalam mengurangi ketakutan terhadap perawatan gigi, terlihat dari penurunan total skala ketakutan pada kedua kelompok. Penurunan lebih signifikan terlihat pada peserta perempuan (54 poin) dibandingkan dengan peserta laki-laki (33 poin), meskipun rata-rata ketakutan awal pada perempuan lebih tinggi.

b. Perbedaan gender

Meskipun perempuan menunjukkan penurunan yang lebih besar dalam ketakutan, tingkat ketakutan mereka sebelum penyuluhan juga lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Hal ini dapat menunjukkan bahwa perempuan lebih mungkin untuk merasakan ketakutan yang lebih besar, tetapi juga lebih responsif terhadap intervensi psikologis dan edukasi.



Gambar 2. Diagram Skala Ketakutan Peserta Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

5. KESIMPULAN

Data ini mengindikasikan bahwa pendekatan penyuluhan yang dilakukan berhasil mengurangi ketakutan terhadap perawatan gigi, baik pada laki-laki maupun perempuan. Pengurangan ketakutan ini menunjukkan pentingnya edukasi dan dukungan psikologis dalam menangani kecemasan terkait perawatan gigi.

DAFTAR REFERENSI

- Almoznino, G., Zini, A., Aframian, D. J., Kaufman, E., Lvovsky, A., Hadad, A., & Winocur, E. (2021). Dental anxiety and fear in Israeli schoolchildren and their parents: A comparative study. *Journal of Dental Research, Dental Clinics, Dental Prospects*, 15(3), 160-165. DOI: 10.34172/joddd.2021.028
- Armfield, J. M., & Ketting, M. (2020). Predictors of dental avoidance among Australian adults with different levels of dental anxiety. *Health Psychology Open*, 7(1), 2055102920927895. DOI: 10.1177/2055102920927895
- Furze, H. (2022). Overcoming dental phobia and anxiety: a review of treatment options. *Dental Update*, 49(4), 336-342. DOI: 10.12968/denu.2022.49.4.336
- Sharma, S., Golash, A., Kumar, D., Singh, R., & Shahi, A. (2019). Efficacy of behavioural interventions in reducing dental anxiety in children undergoing dental treatment: a randomized controlled trial. *European Archives of Paediatric Dentistry*, 20(1), 17-24. DOI: 10.1007/s40368-018-0384-1
- Zinke, A., Hannig, C., & Berth, H. (2021). Psychological interventions to reduce dental anxiety and fear in children and adolescents: a systematic review. *Journal of Public Health*, 29, 1-10. DOI: 10.1007/s10389-020-01314-1