

ACTIVE EDUCATIONAL METHOD THROUGH THE GAMES OF THE TEMPOROMANDIBULAR JOINT'S TO IMPROVE KNOWLEDGE OF THE MARGASARI COMMUNITY RELATED TO JAW JOINT DISORDERS

¹Islamy Rahma Hutami*, ²Arief Rahadian, ³Regilia Shinta Mayangsari, Savira Nurazky, ³Silvia Vera Indrawati

¹Departemen Ortodonti, Fakultas Kedokteran Gigi UNISSULA

²Departemen Biokimia, Fakultas Kedokteran, UNISSULA

³Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi UNISSULA

*Corresponding Author
Email: rahma.hutami@unissula.ac.id

Abstrak

Latar belakang: Masalah TMJ atau gangguan sendi rahang ini tergolong kegawatdaruratan sehingga harus segera dilakukan penanganan. Penyebab masalah sendi rahang ini multifaktorial. Secara umum terbagi menjadi dua, yaitu gangguan struktural dan gangguan fungsional. Gangguan fungsional timbul karena fungsi yang menyimpang akibat kelainan posisi atau fungsi gigi dan otot pengunyah. Penanganan pada saat seseorang mengalami gangguan TMJ biasanya berupa tindakan pengecilan yang dilakukan langsung oleh dokter. Ini tidak bisa dilakukan oleh orang biasa. Namun, terkadang orang mendiagnosis diri sendiri dan menggunakan sumber yang tidak valid yang sebenarnya dapat menyebabkan masalah yang lebih serius.

Metode: Metode edukasi dilakukan dengan penyuluhan dan diskusi aktif yang diberikan kepada masyarakat Desa Margasari. Kemudian, masyarakat diminta mengisi kuesioner untuk menilai efektivitas penyampaian materi tentang TMJ ini.

Hasil: Orang yang telah mengisi kuesioner ternyata memiliki perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan materi. Masyarakat menjadi lebih paham terhadap materi dan diharapkan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kesimpulan: Terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan game TMJ.

Kata Kunci: Konseling, Edukasi, Permainan, Temporomandibular Joint

Abstract

Background: This TMJ problem or jaw joint disorder is classified as an emergency, so treatment must be done immediately. The causes of this jaw joint problem are multifactorial. Generally divided into two, namely structural disorders and functional disorders. Functional disorders arise due to deviant function due to abnormalities in the position or function of the teeth and chewing muscles. Treatment, when someone has TMJ problems, is usually a reduction action that is carried out directly by a doctor. This cannot be done by ordinary people. However, sometimes people self-diagnose and resort to invalid sources which can actually lead to more serious problems.

Method: *The educational method is carried out by active counseling and discussions given to the people of Margasari Village. Then, the community was asked to fill out a questionnaire to assess the effectiveness of delivering material about this TMJ.*

Result: *People who have filled out the questionnaire were found to have a significant difference between before and after being given the material. People become more aware of the material and are expected to be able to apply it in everyday life.*

Conclusion: *There is a significant difference between before and after being given TMJ games.*

Keywords: *Counseling, Education, Games, Temporomandibular Joint*

LATAR BELAKANG

Sistem stomatognatik merupakan satu kesatuan unit fungsional yang bertanggung jawab terhadap fungsi pengunyahan, penelanan, dan bicara¹. Sendi temporomandibula merupakan salah satu bagian penting dalam sistem stomatognatik yang merupakan sendi penghubung antara rahang atas dan rahang bawah. Mengingat pentingnya fungsi sendi temporomandibula dalam sistem stomatognatik, gangguan pada sendi ini dapat dianggap sebagai suatu masalah serius yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang².

Gangguan sendi temporomandibular atau sering disebut sebagai *temporomandibular joint disorder* (TMD) merupakan sekumpulan gejala klinis yang melibatkan otot-otot pengunyahan, sendi temporomandibular, atau keduanya. Penyebab pasti gangguan sendi temporomandibular masih belum diketahui secara pasti, namun kondisi ini seringkali berkaitan dengan banyak faktor seperti kelainan oklusi, trauma, tingkat stress dan kebiasaan buruk³. Kondisi ini seringkali ditandai dengan adanya bunyi pada sendi rahang, ketidaknyamanan saat menggigit dan mengunyah, perubahan saat membuka atau menutup mulut, hingga nyeri pada bagian sendi rahang dan wajah. Prevalensi gangguan sendi temporomandibular ini diketahui cukup tinggi. Satu dari tiga orang di dunia (33%) diperkirakan mengalami salah satu gejala gangguan sendi temporomandibular dengan kejadian tertinggi pada individu berusia 20-40 tahun⁴.

Edukasi kesehatan kepada masyarakat terkait gangguan sendi temporomandibula menjadi hal yang krusial mengingat pentingnya fungsi sendi temporomandibular, tingginya prevalensi TMD, serta berbagai dampak yang dapat ditimbulkan akibat gangguan tersebut. Edukasi yang bersifat *active learning* melibatkan partisipasi aktif dari peserta sehingga diharapkan materi yang disampaikan dapat lebih diingat oleh masyarakat⁵. Pengabdian masyarakat ini ditujukan pada masyarakat wilayah Margasari, Tegal. Kecamatan Margasari merupakan sebuah wilayah di Kabupaten Tegal, Jawa Tengah. Berdasarkan data BPS tahun 2018, wilayah ini memiliki penduduk sejumlah 106.568 jiwa. Dari jumlah tersebut, 52.604 jiwa merupakan penduduk perempuan, sementara jumlah penduduk laki-laki mencapai 53.964 jiwa. Sebagian besar masyarakat bermata pencaharian sebagai petani, pedagang dan perantau. Wilayah ini memiliki tipologi kehutanan dengan tinggi 47 mdpl dan berjarak sekitar 25 km dari Kota Slawi. Wilayah kecamatan Margasari mencakup 13 desa yaitu Danaraja, Dukuh Tengah, Jatilaba, Jembayat, Kaligayam, Kalisalak, Karangdawa. Marga Ayu, Margasari, Pakulaut, Prupuk Selatan, Prupuk Utara, dan Wanasari⁵. Adanya pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan awareness masyarakat terkait gangguan sendi temporomandibular serta mencegah terjadinya TMD dengan mengenali faktor faktor yang dapat menjadi penyebab gangguan tersebut⁶.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian eksperimental yang dilakukan secara langsung di Desa Margasari. Responden yang diambil adalah masyarakat Desa Margasari yang telah menyetujui untuk mengikuti kegiatan ini. Data yang didapatkan kemudian dimasukkan ke dalam SPSS.

Pelaksanaan dari “Metode Edukasi Aktif Melalui Program Gaje (Games TMJ) Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Margasari Terkait Gangguan Sendi Rahang” dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu:

1. Melakukan survei ke Desa Margasari untuk melihat permasalahan yang dihadapi mitra terkait masalah gangguan sendi rahang seperti terasa nyeri atau berbunyi.
2. Permasalahan yang didapatkan selama survey menjadi dasar dalam menentukan tujuan untuk edukasi. Edukasi dilakukan dengan metode aktif / 2 arah dan dilaksanakan dengan metode yang diminati masyarakat. Edukasi aktif berupa penyuluhan dan diskusi mencakup topik cara pencegahan gangguan sendi rahang, kebiasaan buruk yang berdampak pada gangguan sendi.
3. Diskusi terkait gangguan sendi rahang dapat terus dilanjutkan dengan membuat suatu grup facebook yang menjadi sarana komunikasi antara pelaksana dan mitra. Pemilihan sosial media facebook karena dapat menjadi suatu grup terbuka sehingga kebermanfaatannya menjadi lebih luas
4. Evaluasi terhadap efektifitas program dilakukan dengan kuesioner pada masyarakat setelah 2 minggu program berjalan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang didapatkan dalam penelitian ini adalah data primer yang diambil secara langsung melalui kuisisioner yang diisi oleh responden dan data hasil pemeriksaan masyarakat Desa Margasari.

Tabel 1. Perbandingan pengetahuan tentang materi *games of TMJ*

Edukasi	n	Rata - rata pemahaman	Standar Deviasi	p - value
Sebelum penyuluhan	15	4,29	1.193	0,000*
Setelah penyuluhan	15	5,79	0,517	

Tabel 1. Menunjukkan bahwa nilai p – value 0,000 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan materi kepada masyarakat Desa Margasari.



Gambar 1. Foto bersama antara dokter gigi sebagai pemateri dan peserta penyuluhan

Setelah dilakukan penyuluhan diharapkan peserta dapat saling mengedukasi keluarga dan masyarakat lain tentang materi TMJ, cara menjaga kesehatan, hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan.

DISKUSI

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan pada saat sebelum dilakukan penyuluhan seperti yang terlihat di tabel 1, tingkat pengetahuan masyarakat masih rendah karena memang banyak masyarakat yang belum sadar bahwa kebiasaan seperti membuka mulut terlalu lebar, mengunyah satu sisi, dan kehilangan gigi dapat menjadi masalah TMJ. Hal ini terkadang tidak disadari dan masyarakat lebih sering datang ketika mulut sudah tidak dapat menutup kembali serta harus dilakukan reposisi TMJ. Padahal ketika masyarakat memahami materi, ini dapat sebagai upaya pencegahan dan mengetahui upaya apa yang dapat dilakukan ketika mengalami masalah tersebut.

Masyarakat cenderung kurang peduli dan menganggap masalah masalah ini adalah masalah sepele karena tidak mengetahui bentuk, fungsi, dan cara kerja sendi TMJ. Penyuluhan ini memberikan materi agar walaupun masyarakat tidak dapat melihat secara langsung, masyarakat harus sadar bahwa sendi ini termasuk bagian dari anatomi wajah. Wajah menjadi perhatian khusus karena menampilkan gambaran dari tampilan individu.

Nilai yang didapatkan sesudah dilakukan penyuluhan menunjukkan p – value sebesar 0,000 yang berarti sesudah dilakukan penyuluhan ini masyarakat lebih paham dan pengetahuan masyarakat meningkat. Peningkatan pengetahuan ini harus diimbangi dengan penerapan dan praktik dalam kehidupan sehari – hari. Kebiasaan yang dapat diterapkan seperti tidak mengunyah benda yang terlalu keras, diusahakan mengunyah dua sisi, dan maksimal membuka mulut adalah 3 jari.

KESIMPULAN

Penyuluhan mengenai games of TMJ untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat di Desa Margasari efektif dilakukan, Hal ini didukung dengan data terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada perangkat Desa Margasari Tegal, dosen, mahasiswa dan dukungan dana oleh LPPM Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Norfai, Rahman E. Hubungan Pengetahuan Dan Kebiasaan Menggosok Gigi Dengan Kejadian Karies Gigi Di Sdi Darul Mu'Minin Kota Banjarmasin Tahun 2017. *Dinamika Kesehatan*. 2017;Vol. 8 No.(1):212–8.
2. Poernomo H. Orthodontic splint mengatasi gangguan sendi temporomandibula. *Dental Journal (Majalah Kedokteran Gigi)*. 2018;4(1):4–6.
3. Damayanti L, Runkat J. Diagnosis gangguan temporomandibular pada anak. *Makassar Dental Journal*. 2018;1(5):2–6.
4. Beinarovich S v., Filimonova OI. Modern View on the Etiology and Pathogenesis of the Temporomandibular Joint Dysfunction. *Kuban Scientific Medical Bulletin*. 2018;25(6):164–70.
5. Dwipayanti AN, Parnaadji RR. Hubungan Antara Kehilangan Gigi Posterior dengan Kliking Sendi Temporomandibular Berdasarkan Jenis Kelamin di Klinik Prostodonsia Rumah Sakit Gigi dan Mulut Universitas Jember. *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*. 2016;4(3):507–8.
6. Dinkes Kabupaten Tegal. *Profil Kesehatan Tegal*. 2019. p. 1–220.