

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Perilaku Menyikat Gigi**

##### **1. Pengertian perilaku Kesehatan**

Perilaku kesehatan adalah tindakan atau respons seseorang yang berhubungan dengan upaya memelihara dan meningkatkan kesehatan, termasuk di dalamnya perilaku menjaga kebersihan diri seperti menyikat gigi secara teratur. Perilaku ini tidak muncul secara spontan, tetapi dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang membentuk kebiasaan individu. Masalah kesehatan gigi dan mulut pada anak sering kali terkait dengan perilaku penyikatan yang tidak sesuai dengan pedoman kesehatan meskipun sebagian besar anak melaksanakan menyikat gigi setiap hari. Studi menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil anak yang menyikat gigi dengan frekuensi dan teknik yang benar sesuai rekomendasi kesehatan oral. Hal ini menunjukkan pentingnya pemahaman teori perilaku kesehatan dalam konteks kebiasaan menyikat gigi pada anak sekolah dasar. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa faktor perilaku memengaruhi kebersihan Mulut anak tetap menjadi masalah kesehatan yang umum di sekolah dasar karena perilaku dan sikap yang mengabaikan perilaku kebersihan gigi sangat berpengaruh pada status oral hygiene (Femala, 2019)

##### **2. Waktu Menyikat gigi pada anak sekolah dasar**

Menyikat gigi merupakan salah satu perilaku pencegahan primer untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Menurut pedoman kesehatan,

anak sebaiknya menyikat gigi minimal dua kali sehari, yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, untuk menghilangkan plak dan sisa makanan yang dapat menyebabkan karies gigi. Kebiasaan ini seharusnya terbentuk sejak usia dini, namun dalam banyak penelitian ditemukan bahwa perilaku menyikat gigi yang benar pada anak SD masih sangat rendah. Hasil penelitian deskriptif menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar anak memiliki kebiasaan menyikat gigi setiap hari, hanya persentase kecil yang melaksanakan dengan teknik dan waktu yang tepat sesuai standar kesehatan. Data ini memperlihatkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan perlu ditingkatkan di sekolah dasar guna membentuk perilaku menyikat gigi yang efektif (Elis, 2021)

Durasi menyikat gigi sangat penting untuk mencegah penyakit gigi seperti karies gigi, menghilangkan sisa makanan, dan menghilangkan plak. Lama waktu yang direkomendasikan yaitu sekitar 2 menit, namun masyarakat umum menyikat gigi rata-rata 1 menit atau 2 menit dengan keadaan yang dapat merusak jaringan gusi. Waktu 2 menit memenuhi syarat ideal lama waktu menyikat gigi, namun masih mempunyai risiko untuk masalah kesehatan gigi seperti karies, karang gigi, plak, dan kerusakan jaringan gusi telah ditanggulangi (Endang, 2022).

### 3. Frekuensi menyikat gigi

Frekuensi menyikat gigi adalah seberapa sering menyikat gigi dilakukan oleh seseorang dalam suatu kurun waktu tertentu. Jika dalam menyikat gigi ini, kurun waktu yang digunakan adalah 1 kali 24 jam atau

satu hari. Frekuensi menyikat gigi yang dianjurkan adalah paling sedikit 2 kali dalam sehari, sebagaimana dijelaskan oleh Safitri (2019), bahwa frekuensi menyikat gigi yang baik dan disarankan adalah paling sedikit setidaknya 2-3 kali sehari. Frekuensi menyikat gigi ini perlu diperhatikan karena akan berpengaruh pada perilaku menyikat gigi dan selanjutnya berpengaruh dan terwujudnya status kesehatan gigi remaja yang baik pada seseorang tersebut (Endang, 2022)

#### 4. Teknik-teknik dalam menyikat gigi

Beberapa metode menyikat gigi yang dapat diterapkan. Keseluruhan teknik yang digunakan harus diperhatikan cara penyikatan yang tidak merusak struktur gigi maupun gusi. Beberapa metode menyikat gigi, yaitu :

##### a. Horizontal

Permukaan bukal dan lingual disikat dengan gerakan ke depan dan belakang. Penyikatan permukaan oklusal dengan gerakan horizontal.

##### b. Vertical

Metode vertikal digunakan untuk menyikat bagian depan gigi. Kedua rahang dalam posisi tertutup lalu gigi disikat dengan gerakan ke atas dan ke bawah, sehingga kedua rahang dapat disikat secara bersamaan.

c. Roll

Cara menyikat gigi dengan metode roll yaitu dengan meletakkan ujung bulu sikat pada posisi mengarah ke akar gigi dengan posisi bulu sikat mengarah pada margin gingiva lalu.

d. Stillman

Cara menyikat gigi dengan metode stillman yaitu dengan menekan bulu sikat dari arah gusi ke gigi secara berulang hingga permukaan kunyah, lalu bulu sikat digerakan secara memutar. Metode ini dianjurkan untuk pembersihan pada daerah dengan resesi gusi.

e. Bass

Cara menyikat gigi dengan metode bass dengan meletakkan ujung bulu sikat pada batas gusi dan bulu sikat dimiringkan 45° dari permukaan gigi. Sikat digerakan di tempat tanpa mengubah posisi selama 15 detik.

f. Fones

Cara menyikat gigi dengan metode fones yaitu menggerakan sikat secara horizontal dan gigi ditahan dalam posisi menggigit. Sikat gigi diputar sehingga mengenai semua permukaan gigi dan digerakkan membentuk lingkaran besar sehingga rahang atas dan rahang bawah dapat disikat sekaligus.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku menyikat gigi

Perilaku menyikat gigi dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup pengetahuan, sikap, dan keterampilan anak dalam menyikat gigi. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan berhubungan signifikan dengan perilaku menyikat gigi dan kondisi kebersihan mulut pada anak SD; anak yang memiliki pengetahuan lebih baik cenderung memiliki perilaku menyikat gigi yang benar. Selain itu, faktor eksternal seperti peran orang tua, guru, dan petugas kesehatan juga sangat penting dalam membentuk kebiasaan menyikat gigi anak karena dukungan lingkungan dan edukasi yang konsisten dapat memperkuat perilaku kesehatan ini (Elis, 2021).

6. Peran Orang Tua dan lingkungan dalam perilaku Menyikat Gigi

Peran orang tua dan lingkungan sangat berpengaruh terhadap pembentukan perilaku menyikat gigi pada anak SD. Orang tua tidak hanya memberikan sarana seperti sikat dan pasta gigi, tetapi juga menjalankan fungsi pembimbing dan penguat perilaku anak. Penelitian yang mendeskripsikan perilaku orang tua menunjukkan bahwa praktik menyikat gigi orang tua berkorelasi dengan kebersihan gigi anak, menandakan bahwa perilaku orang tua menjadi model yang ditiru. Faktor lingkungan lainnya termasuk program pendidikan di sekolah, penyuluhan kesehatan dari tenaga kesehatan, dan dukungan sosial yang mendorong anak untuk menyikat gigi dengan benar dan teratur (Elis, 2021).

## 7. Dampak perilaku menyikat gigi

Perilaku menyikat gigi terhadap Kesehatan gigi dan mulut perilaku menyikat gigi yang baik memiliki dampak positif terhadap kesehatan gigi dan mulut anak, terutama dalam upaya pencegahan karies gigi dan gangguan periodontal. Penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara kebiasaan menyikat gigi dengan kejadian karies sangat kuat; anak dengan perilaku menyikat gigi yang baik cenderung memiliki prevalensi karies yang lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak melakukannya. Selain itu, studi lain juga menemukan hubungan signifikan antara pola menyikat gigi dengan status kebersihan oral pada anak SD, di mana semakin konsisten dan benar perilaku sikat giginya, semakin baik indeks kebersihan mulut anak (Elis, 2021).

## 8. Teori Lawrence W. Green

Teori perubahan perilaku kesehatan yang paling banyak digunakan dalam ilmu promosi kesehatan karena kemampuan model ini dalam membantu perencanaan, mengimplementasikan, serta menyebarkan program kesehatan secara sistematis. Green mengembangkan Model *Precede–Proceed*, yang terdiri dari dua bagian utama: *Precede* (*Predisposition, Reinforcing, dan Enabling Constructs in Educational Diagnosis and Evaluation*) yang fokus pada diagnosis pendidikan dan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku, serta *Proceed* (*Policy, Regulatory, Organizational Constructs in Educational and Environmental Development*) yang selanjutnya pada kebijakan, struktur

organisasi, dan lingkungan yang mendukung perubahan perilaku. Model ini membantu perencana kesehatan untuk memahami kebutuhan kesehatan masyarakat dan mengidentifikasi determinan perilaku sebelum merancang intervensi yang efektif.

Menurut Teori Green, perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan individu, tetapi juga oleh faktor lingkungan dan dukungan sosial yang ada di sekitar individu tersebut. Dalam Model *Precede–Proceed*, Green tekankan pentingnya mengidentifikasi tiga kelompok faktor yang saling berinteraksi: faktor predisposisi yang mencakup aspek seperti pengetahuan, sikap, dan kepercayaan seseorang tentang kesehatan; faktor yang memungkinkan atau mungkin mencakup akses, ketersediaan fasilitas dan pelayanan kesehatan; serta faktor penguat atau booster yang mencakup dukungan sosial dari keluarga, guru, dan orang di lingkungan sosial lainnya. Dengan menganalisis faktor ketiga ini secara menyeluruh, strategi promosi kesehatan dapat dirancang lebih tepat sasaran sehingga perubahan perilaku yang diinginkan dapat terjadi secara berkelanjutan (Ivonne, 2025).

a. Faktor *Predisposing* (Pengetahuan)

Faktor *predisposing* adalah faktor yang berasal dari dalam individu yang mempengaruhi kesiapan seseorang untuk melakukan suatu perilaku kesehatan tertentu. Faktor-faktor tersebut meliputi pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai, dan persepsi yang dimiliki individu terhadap perilaku kesehatan tersebut. Dalam konteks

perilaku menyikat gigi, faktor *predisposing* mencakup pengetahuan siswa tentang pentingnya menyikat gigi, waktu yang tepat, frekuensi, dan teknik menyikat gigi yang benar (Ivonne, 2025).

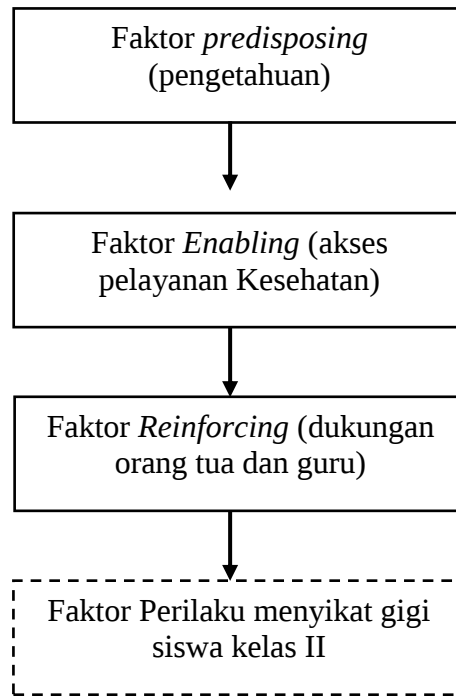
b. Faktor Pendukung (Pelayanan Kesehatan)

Faktor pendukung adalah faktor yang memungkinkan atau memfasilitasi terlaksananya suatu perilaku kesehatan, seperti kemudahan akses terhadap pelayanan kesehatan, tersedianya fasilitas kesehatan, serta sumber daya pendukung lainnya . Dalam konteks perilaku menyikat gigi, faktor ini mencakup akses siswa untuk mendapatkan pelayanan kesehatan gigi, ketersediaan sikat gigi, pasta gigi, serta adanya kegiatan promosi kesehatan gigi di sekolah atau di fasilitas kesehatan terdekat seperti puskesmas (Ivonne, 2025).

c. Faktor Penguat (Dukungan Orang Tua dan Guru)

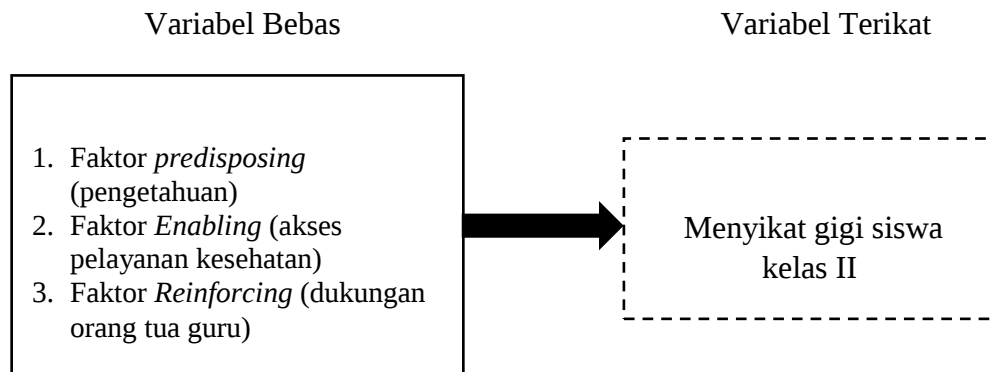
Faktor penguat adalah faktor penguat yang berasal dari lingkungan sosial individu yang berperan dalam mempertahankan atau memperkuat perilaku kesehatan setelah perilaku itu terjadi. Faktor ini mencakup dukungan dari keluarga, teman sebaya, guru, serta tenaga kesehatan. Dalam penelitian ini, faktor penguat difokuskan pada dukungan orang tua dan guru dalam membentuk dan memperkuat kebiasaan menyikat gigi pada anak sekolah dasar (Ivonne, 2025).

## B. Kerangka Teori Menurut Teori L. Green



Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian

### C. Kerangka Konsep Ini Disusun Berdasarkan Teori L. Green



#### Keterangan:

Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian



= Variabel bebas yang diteliti.



= variabel terikat tidak diteliti.