

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku

Perilaku merupakan segala bentuk tindakan atau aktivitas yang dilakukan oleh manusia, dengan cakupan makna yang sangat luas, seperti berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, mengikuti perkuliahan, menulis, membaca, dan berbagai aktivitas lainnya. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku manusia mencakup seluruh kegiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh individu, baik yang dapat diamati secara langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh orang lain (Tampubolon K., 2022)

Secara umum, perilaku diartikan sebagai setiap perbuatan atau tindakan yang dilakukan oleh makhluk hidup. Pada dasarnya, perilaku dapat diamati melalui sikap dan tindakan seseorang. Namun, hal ini tidak berarti bahwa perilaku hanya terbatas pada hal-hal yang tampak saja, karena perilaku juga dapat bersifat potensial, yaitu berupa pengetahuan, motivasi, dan persepsi yang dimiliki individu (Rodiah1, 2022).

Pemahaman terhadap perilaku individu menjadi hal yang penting karena setiap orang memiliki karakteristik yang berbeda-beda sehingga berpengaruh pada pola serta sistem kerja dalam organisasi. Menurut Sopiah, untuk memahami perilaku individu secara tepat, perlu terlebih dahulu mengenali karakteristik yang melekat pada diri individu, seperti ciri biografis, kepribadian, persepsi, dan sikap. Perilaku manusia sendiri dapat mengalami

perubahan, dan para manajer pada dasarnya berupaya mendorong perubahan perilaku tersebut ke arah peningkatan kinerja karyawan. Namun, karena perilaku manusia sangat kompleks, sulit untuk menjelaskannya melalui generalisasi yang dapat diterapkan secara sama pada setiap individu. Oleh sebab itu, perilaku individu merupakan bagian penting dalam kajian perilaku organisasi (Rodiah1, 2022).

1. Pengetahuan

Pengetahuan memiliki keterkaitan yang sangat erat dengan pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin luas pula pengetahuan yang dimilikinya. Upaya dalam bidang kesehatan gigi perlu ditinjau dari berbagai aspek, seperti lingkungan, tingkat pengetahuan, pendidikan, kesadaran masyarakat, serta penanganan kesehatan gigi yang mencakup upaya pencegahan dan perawatan sesuai dengan peraturan di bidang kesehatan, khususnya kesehatan gigi. Hal ini terlihat pada siswa-siswi yang umumnya masih memiliki keterbatasan pengetahuan, terutama mengenai kesehatan gigi dan mulut. Oleh karena itu, peran pemerintah dalam pembangunan kesehatan membutuhkan sumber daya manusia yang mampu memberikan edukasi dan penjelasan kepada masyarakat (Ramadhan A., 2016).

Pengetahuan merupakan hasil dari proses pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Kebersihan mulut yang optimal dapat dicapai melalui pengetahuan serta kebiasaan yang tepat dalam menjaga Berbagai penyakit pada rongga mulut dapat terjadi akibat beberapa faktor, antara

lain sikap dan perilaku yang kurang memperhatikan kebersihan gigi dan mulut karena minimnya pengetahuan mengenai pentingnya perawatan gigi dan mulut. Kebiasaan malas menyikat gigi, cara menyikat gigi yang tidak tepat, serta konsumsi makanan dan minuman manis juga turut berperan dalam timbulnya masalah kesehatan mulut. Kondisi tersebut dapat menyebabkan berbagai penyakit pada rongga mulut, seperti gigi berlubang, radang gusi (gingivitis), mulut kering, kanker mulut, karies, dan gangguan lainnya. Karies atau gigi berlubang merupakan salah satu penyakit yang paling sering ditemukan pada rongga mulut, baik pada anak-anak, remaja, orang dewasa, maupun lansia. Di Indonesia, prevalensi karies mencapai 88,8%, sedangkan prevalensi karies akar sebesar 56,6% (Simaremare, 2021).

2. Sikap

Sikap seseorang dapat dimaknai sebagai respons yang cenderung bersifat tertutup terhadap suatu rangsangan. Sikap juga dapat dipahami sebagai kecenderungan bertindak yang berperan sebagai faktor predisposisi dalam terbentuknya perilaku. Faktor pendukung memiliki peran penting dalam mengubah sikap menjadi tindakan nyata. Faktor-faktor tersebut meliputi ketersediaan sarana dan prasarana, serta adanya dukungan dari pihak lain seperti keluarga, guru, dan tokoh masyarakat. Pengetahuan, sikap, dan tindakan merupakan komponen penting yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Tingkat pengetahuan seseorang mengenai kesehatan gigi dan mulut berpengaruh

terhadap status kesehatan gigi dan mulut, namun pengetahuan tersebut harus diimbangi dengan sikap serta tindakan yang tepat. Permasalahan kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah merupakan isu yang memerlukan perhatian serius dalam pembangunan kesehatan. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa dalam upaya pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut (April et al., 2021)

3. Tindakan

Kebersihan gigi dan mulut merupakan upaya yang dilakukan untuk membersihkan serta menyegarkan gigi dan rongga mulut. Tindakan ini bertujuan untuk mencegah penularan penyakit melalui mulut, meningkatkan fungsi pengunyahan, serta menghindari berbagai gangguan pada gigi dan gusi. Oleh karena itu, menjaga kebersihan rongga mulut menjadi bagian penting dalam mempertahankan kesehatan gigi dan mulut. Perawatan diri atau *personal hygiene* adalah salah satu kemampuan dasar manusia dalam memenuhi kebutuhan kesehatannya, yang salah satunya diwujudkan melalui pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut. Gigi dan mulut merupakan organ penting yang harus dijaga kebersihannya karena dapat menjadi pintu masuk berbagai kuman ke dalam tubuh dan berpotensi menimbulkan berbagai penyakit. Kebersihan mulut dilakukan dengan membersihkan rongga mulut, lidah, dan gigi dari sisa-sisa makanan, salah satunya dengan menyikat gigi minimal dua kali

sehari, sehingga mulut tetap sehat dan terhindar dari penyakit serta kerusakan gigi (Meidina et al., 2023).

B. Menyikat Gigi

Menyikat gigi merupakan keterampilan dasar yang perlu dimiliki oleh setiap individu sebagai upaya menjaga kesehatan rongga mulut. Kebiasaan ini memiliki peran penting tidak hanya bagi kesehatan gigi dan mulut, tetapi juga bagi kesejahteraan tubuh secara keseluruhan. Kondisi gigi dan mulut yang sehat berpengaruh terhadap kualitas hidup seseorang, termasuk kemampuan berbicara, proses pengunyahan, serta tingkat kepercayaan diri. Sebaliknya, gangguan pada kesehatan gigi dan mulut dapat berdampak negatif terhadap kesehatan umum. Oleh karena itu, menyikat gigi dengan waktu dan teknik yang tepat sangat penting, karena kesehatan gigi dan mulut mencerminkan kualitas hidup yang baik (Hikmah, 2020)

Tujuan menyikat gigi adalah untuk menghambat pembentukan plak serta membersihkan sisa-sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi setelah mengonsumsi makanan atau minuman. Upaya pemeliharaan dan pembinaan kesehatan gigi dan mulut perlu mendapatkan perhatian sejak usia dini, mengingat pada masa tersebut anak berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. *Dental Health Education* (DHE) atau yang dikenal sebagai Pendidikan Kesehatan Gigi (PKG) merupakan suatu upaya yang dirancang secara sistematis dan terarah melalui pendidikan nonformal yang dilakukan secara berkesinambungan (Wijayanti, 2019).

Menggosok gigi pada waktu yang tepat sebaiknya dilakukan setelah sarapan di pagi hari dan pada malam hari sebelum tidur. Menyikat gigi setelah makan pagi bertujuan untuk menghilangkan sisa-sisa makanan yang masih menempel, sedangkan menyikat gigi sebelum tidur berfungsi untuk membersihkan sisa makanan setelah makan malam. Hal ini dilakukan sebagai upaya dalam menjaga dan memelihara kesehatan gigi dan mulut (Aini, 2022).

Penyikatan gigi pada anak yang dilakukan dengan frekuensi kurang optimal dapat terjadi karena kurangnya pembiasaan sejak usia dini oleh orang tua. Akibatnya, anak tidak memiliki kesadaran serta motivasi yang cukup untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Kondisi ini membuat gigi anak lebih rentan terhadap penyakit gigi dan mulut. Sebanyak 89% anak Indonesia berusia di bawah 12 tahun mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut, yang pada akhirnya dapat memengaruhi derajat kesehatan serta proses tumbuh kembang anak (Wijayanti, 2019).

Syarat-Syarat Menyikat Gigi Yang Baik Dan Benar. (Putri et al., 2024).

1. Bulu Sikat

Sikat gigi dengan bulu halus umumnya menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menurunkan akumulasi plak, di mana bulu halus lebih efektif dalam membersihkan permukaan gigi.

2. Desain Bulu dan Kepala Sikat

Sikat gigi yang memiliki ujung bulu membulat (*end-round*) serta desain kepala yang ergonomis terbukti lebih efektif dalam mengurangi pembentukan plak dan menurunkan tingkat inflamasi jaringan gingiva

bila dibandingkan dengan sikat gigi yang memiliki desain kurang optimal.

3. Ukuran Kepala dan Pegangan

Ukuran kepala sikat tidak terlalu besar sehingga mampu menjangkau area sempit di antara gigi serta bagian posterior seperti gigi geraham. Selain itu, pegangan sikat gigi sebaiknya dirancang ergonomis agar mudah dan nyaman digenggam, sehingga memudahkan kontrol saat menyikat gigi.

Tiga hal penting untuk sikat gigi :

1. Ganti sikat gigi setiap tiga bulan sekali.
2. Jaga sikat gigi agar selalu kering.
3. Lindungi kepala sikat gigi dengan helm atau pelindung sikat gigi.

Metode Menyikat Gigi (Yuzar et al., 2023).

Teknik menyikat gigi sebagai berikut :

1. Teknik Vertical dilakukan dengan menggerakkan sikat gigi dari arah atas ke bawah saat rahang atas dan bawah dalam posisi tertutup. Gerakan ini digunakan untuk membersihkan permukaan gigi yang menghadap ke pipi atau bibir (bukal/labial). Sementara itu, pada permukaan gigi yang menghadap ke langit-langit mulut dan lidah (palatal/lingual), penyikatan dilakukan dengan gerakan vertikal dari atas ke bawah dalam kondisi mulut terbuka.
2. Teknik Horizontal arah gerakan menyikat gigi dilakukan secara maju dan mundur pada permukaan bukal dan lingual. Sementara itu, pembersihan pada permukaan kunyah menggunakan teknik yang dikenal sebagai *scrub*

brush, yaitu dengan menggerakkan sikat secara horizontal. Teknik ini relatif mudah diterapkan dan sesuai dengan karakteristik anatomi permukaan kunyah gigi.

3. Teknik Roll atau Modifikasi Stillman Sikat diletakkan pada gusi dengan sudut 45°, lalu digulung ke arah mahkota gigi. Membersihkan plak dari gusi ke permukaan gigi dengan efektif tanpa melukai gusi.
4. Teknik Bass sikat diletakkan 45° ke arah saku gusi, kemudian digetarkan ringan tanpa digeser jauh. Sangat efektif membersihkan plak di sepanjang garis gusi dan saku gingiva. Disarankan untuk pasien dengan penyakit gusi (gingivitis/periodontitis).
5. Teknik Fone's memiliki keunggulan karena mudah dilakukan, yaitu dengan menggunakan gerakan melingkar yang besar sehingga gigi dan gusi pada rahang atas dan rahang bawah dapat dibersihkan secara bersamaan. Namun, kelemahan dari teknik ini adalah sulit diterapkan pada permukaan gigi bagian dalam, khususnya area lingual dan palatal.

C. Perilaku Menyikat Gigi

Perilaku menyikat gigi memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan tingkat kesehatan gigi dan mulut. Selain itu, perilaku juga dapat memengaruhi faktor lingkungan serta pemanfaatan pelayanan kesehatan. Salah satu upaya untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut adalah dengan menyikat gigi, yang merupakan cara paling sederhana dan mudah untuk dilakukan. Perilaku menyikat gigi dapat dikategorikan baik dan benar apabila dilakukan secara konsisten, cermat, dan teratur. Menyikat gigi merupakan

kebiasaan penting yang perlu dipertahankan guna menjaga dan memelihara kesehatan gigi, mencegah pertumbuhan bakteri, serta membersihkan sisa makanan yang menempel dengan bantuan sikat gigi.

Menyikat gigi pada waktu yang optimal dapat diterapkan setelah sarapan di pagi hari dan malam sebelum tidur. Menggosok gigi setelah makan di pagi hari diharapkan dapat membersihkan sisa makanan yang menempel setelah makan dan malam sebelum tidur bertujuan untuk membersihkan sisa makanan yang menempel setelah makan malam. Dalam rangka mewujudkan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada remaja maka diperlukan terlaksananya perilaku menyikat gigi dengan benar dimana perilaku menyikat gigi pada remaja akan dikaji pada penelitian ini melalui metode *systematic literature review* (Aini, 2022).

1. Analisis frekuensi menyikat gigi

Menyikat gigi dengan cara yang benar merupakan salah satu faktor utama dalam upaya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Keberhasilan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut juga dipengaruhi oleh frekuensi menyikat gigi. Pola menyikat gigi pada anak yang belum optimal dapat terjadi akibat kurangnya pembiasaan dari orang tua sejak usia dini. Hal tersebut menyebabkan anak tidak terbentuk kesadaran serta motivasi untuk menjaga kebersihan gigi dan mulutnya. Akibatnya, kondisi gigi anak menjadi lebih rentan terhadap risiko terjadinya berbagai penyakit gigi dan mulut (Sundu et al., 2023).

2. Analisis waktu menyikat gigi

Kebiasaan menjaga kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan dengan menyikat gigi dua kali sehari, yaitu pada pagi hari setelah makan dan malam hari sebelum tidur, menggunakan berbagai teknik dan metode yang sesuai. Berbagai jenis bakteri yang hidup di dalam rongga mulut dapat menyebabkan kerusakan gigi apabila kebiasaan menyikat gigi tidak dilakukan, terutama setelah makan dan sebelum tidur di malam hari. Penerapan kebiasaan menyikat gigi pada pagi dan malam hari terbukti dapat menurunkan risiko terjadinya gangguan kesehatan gigi dan mulut. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang berkelanjutan untuk memelihara kesehatan gigi dan mulut (Teknik et al., 2022).

3. Cara Menyikat Gigi

Cara menyikat gigi termasuk dalam aspek perilaku menyikat gigi yang bertujuan untuk menjaga kesehatan rongga mulut dan memperoleh kebersihan mulut yang optimal. Sebagian remaja menggunakan teknik horizontal saat menyikat gigi, sementara yang lain menerapkan teknik roll, vertikal, atau kombinasi dari beberapa teknik. Namun, masih banyak remaja yang cenderung mengabaikan bagian gigi yang tidak terlihat secara kasat mata, sehingga gigi bagian dalam kurang dibersihkan dan hasil menyikat gigi menjadi kurang efektif (Aini, 2022).

D. Mahasiswa kesehatan gigi Non Kesehatan Gigi

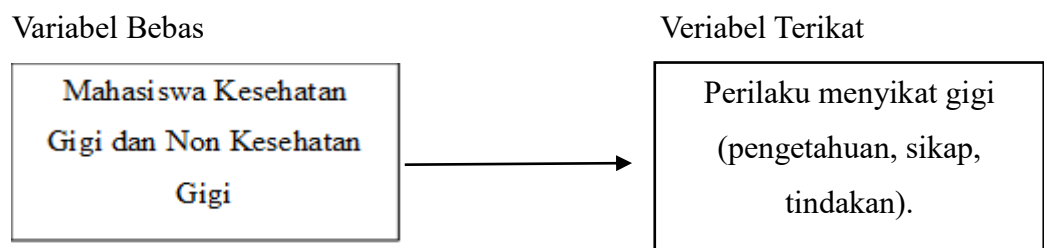
1. Mahasiswa Kesehatan Gigi

Mahasiswa kesehatan gigi adalah peserta didik di perguruan tinggi vokasi (D3/D4) yang dipersiapkan menjadi tenaga kesehatan profesional (Terapis gigi dan mulut). Mereka mempelajari promosi kesehatan, tindakan preventif, dan perawatan dasar gigi, serta bekerja sebagai mitra dokter gigi untuk meningkatkan kesehatan mulut masyarakat.

2. Mahasiswa Non Kesehatan Gigi

Mahasiswa non-kesehatan gigi adalah mahasiswa yang menempuh studi di luar bidang kedokteran gigi atau kesehatan mulut, seperti ilmu sosial, teknik, atau ekonomi. Kelompok ini umumnya memiliki tingkat pengetahuan, perilaku, dan kesadaran preventif yang lebih rendah mengenai kesehatan gigi dan mulut dibandingkan mahasiswa kesehatan/FKG.

E. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :

= Variabel bebas yang diteliti