

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penyuluhan

2.1.1 Pengertian

Notoatmodjo (2018) pendidikan kesehatan adalah sebuah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara dan meningkatkan taraf kesehatannya. Penyuluhan adalah penyampaian informasi dari sumber informasi kepada seseorang atau sekelompok orang mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan suatu program. Penyuluhan merupakan jenis layanan yang merupakan bagian terpadu dari bimbingan. Penyuluhan suatu hubungan timbal balik antara dua orang individu, dimana seorang penyuluh berusaha membantu yang lain (*klien*) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah- masalah yang dihadapinya pada waktu yang akan datang (Kemenkes RI, 2010).

2.1.2 Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut

Penyuluhan kesehatan adalah gabungan berbagai kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Effendy, 2001), sedangkan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut adalah upaya menerapkan pesan mengenai kesehatan gigi kepada masyarakat, kelompok, atau individu, dengan harapan dapat memperoleh pengetahuan kesehatan gigi yang lebih baik. Harapannya dengan pengetahuan tersebut dapat mempengaruhi perubahan perilaku (Notoatmodjo, 2005).

2.1.3 Tujuan Penyuluhan Kesehatan

Menurut Herijulianti, dkk, (2002), penyuluhan atau pendidikan kesehatan gigi bertujuan untuk:

2.1.3.1 Memperkenalkan kepada masyarakat tentang kesehatan gigi.

2.1.3.2 Mengingatkan kepada masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

2.1.3.3 Menjabarkan akibat yang akan timbul dari kelalaian menjaga kebersihan gigitan mulut.

2.1.3.4 Menanamkan perilaku sehat sejak dini melalui kunjungan ke sekolah.

2.1.3.5 Menjalin kerjasama dengan masyarakat melalui RT, RW, Kelurahan dalam memberikan penyuluhan langsung kepada masyarakat, bila diperlukan dapat saja dilakukan tanpa melalui puskesmas.

2.1.4 Sasaran Penyuluhan Kesehatan

Menurut Notoatmadjo (2012), berdasarkan pentahapan upaya promosi kesehatan, maka sasaran dibagi menjadi 3(tiga) kelompok:

2.1.4.1 Sasaran Primer (*Primary Target*) sesuai dengan permasalahan kesehatan, maka sasaran ini dapat dikelompokkan menjadi, kepala keluarga untuk masalah kesehatan umum, ibu hamil dan menyusui untuk masalah KIA (kesehatan ibu dan anak-anak), anak sekolah untuk kesehatan remaja, dan sebagainya

2.1.4.2 Sasaran Sekunder (*Secondary Target*) para tokoh masyarakat, tokoh agama, tokoh adat, dan sebagainya.

2.1.4.3 Sasaran Tersier (*Tertiary Target*) para pembuat keputusan atau penentu kebijakan baik di tingkat pusat, maupun daerah adalah sasaran tersier pendidikan kesehatan.

2.1.5 Metode Penyuluhan

Menurut Herijulianti, dkk., (2002) proses penyampaian materi penyuluhan memerlukan metode yang tepat agar tujuan mengubah perilaku sasaran dapat tercapai. Ada dua jenis metode dalam penyuluhan kesehatan gigi, yaitu:

2.1.5.1 Metode One Way Methode

Metode ini menitikberatkan pendidikan yang aktif, sedangkan pihak sasaran tidak diberi kesempatan untuk aktif, yang termasuk metode ini antara lain :

- a. Metode ceramah;
- b. Siaran langsung;
- c. Pemutaran film/terawang (*slide*);

- d. Penyebaran selebaran;
- e. Pemeran;

2.1.5.2 Metode *Two Way Methode*

Metode ini menjamin adanya komunikasi dua arah antara pendidikan dan sasaran, yang termasuk metode ini :

a. Wawancara

Wawancara adalah salah satu metode pendidikan kesehatan dengan jalan mengadakan tanya jawab dan pengarahan kearah tujuan.

b. Demonstrasi

Demonstrasi adalah salah satu cara menyajikan informasi dengan cara memperjukkan secara langsung objeknya atau menentukan suatu proses atau prosedur.

c. Simulasi

Simulasi adalah metode penyuluhan yang dalam pelaksanaannya penyuluh dapat melakukan suatu kegiatan belajar mengajar yang berorientasi pada penghayatan keterampilan aktualisasi dan praktik dalam situasi secara keseluruhan atau sebagian merupakan tiruan dari simulasi sebenarnya.

d. Curah Pendapat

Curah pendapat adalah pengungkapan atau pemberian pendapat gagasan ataupun ide secara cepat (*spontan*).

e. Permainan Peran (*Role Playing*)

Role Playing atau bermain peran adalah metode penyuluhan yang didalam pelaksanaannya, sasaran harus memerankan suatu atau beberapa peran tertentu.

f. Tanya Jawab

Metode Taya jawab adalah proses interaksi warga belajar yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dan jawaban-jawaban dari topic belajar tertentu untuk mencapai tujuan belajar.

2.2 Media

Secara etimologi, kata “media” berasal dari bahasa latin, dan merupakan bentuk jamak dari kata “medium”. Media adalah perantara atau pengantar pesan

dari pengirim ke penerima pesan (Rohani, 2019). Media adalah sebuah alat yang mempunyai fungsi menyimpan pesan. Media pembelajaran atau penyuluhan adalah sebuah alat yang berfungsi untuk menyampaikan pesan pembelajaran.

Hadiyawati (2008), Peran dan fungsi media sangat dipengaruhi oleh ruang, waktu, pendengar, serta sarana dan prasarana yang tersedia, disamping sifat dari media tersebut. Pemilihan media penyuluhan yang tepat didukung oleh kemampuan tenaga kesehatan. Pada dasarnya ada 4 media penyuluhan yaitu :

2.2.1.1 Media Visual alat yang berguna dalam membantu menstimulasi indramata (Media penglihatan pada waktu terjadinya proses pendidikan), misalnya : slide, film.

2.2.1.2 Media Audio alat yang digunakan untuk menstimulasi indra pendengaran pada waktu proses penyampaian pesan, misalnya : radio, pita suara, dan piringan hitam.

2.2.1.3 Media audio Visual media yang biasa di dengar dan dilihat secara bersamaan, seperti televisi dan video.

2.2.1.4 *Platform Media Digital* adalah tempat yang digunakan untuk menjalankan perangkat lunak sistem. Dalam pengertian ini, *platform* memberikan berbagai dampak baik, sebagai pelengkap seseorang dalam melakukan sistematisasi perangkatnya.

2.2.1.5 Media sosial adalah medium di internet yang memungkinkan pengguna merepresentasikan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain membentuk ikatan sosial secara virtual.

2.3 Video

2.3.1 Pengertian Video

Video adalah media audio-visual yang dapat menampilkan gambar yang bergerak bersama-sama dengan suara alamiah atau suara yang sesuai yang menyajikan informasi memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat atau memperlambat waktu dan mempengaruhi sikap untuk membantu pemahaman terhadap suatu materi pembelajaran (Arsyad, 2015).

Video merupakan tayangan gambar bergerak yang disertai dengan suara, video dapat disebut juga rekaman gambar hidup atau dengan kata lain rekaman aktivitas manusia dalam melakukan sesuatu tergantung video apa yang dimaksud (Prastowo, 2014).

2.3.2 Manfaat Video

2.3.2.1 Memberikan pengalaman yang tak terduga kepada peserta didik.

2.3.2.2 Memperlihatkan secara nyata sesuatu yang pada awalnya tidak mungkin bisa dilihat.

2.3.2.3 Menganalisis perubahan dalam periode waktu tertentu.

2.3.2.4 Memberikan pengalaman kepada peserta didik untuk merasakan sesuatu keadaan tertentu.

2.3.2.5 Menampilkan presentasi studi kasus tentang kehidupan sebenarnya yang dapat memicu diskusi peserta didik.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikatakan bahwa video merupakan suatu media yang sangat bermanfaat bagi kita semua terutama bagi orang yang semangat belajar namun terkendala oleh alat dan waktu, sehingga dapat menggunakan video untuk menggali informasi.

2.3.3 Kelebihan Video

Menurut Kantohe (2016), video mempunyai banyak kelebihan diantaranya sebagai berikut:

2.3.3.1 Pesan yang di sampaikan lebih menarik

2.3.3.2 Pesan yang di sampaikan dengan cepat oleh gambaran visual.

2.3.3.3 Mendorong seseorang untuk berlatih konsentrasi

2.3.3.4 Melatih seseorang mengembangkan daya imajinasi yang abstrak.

2.3.3.5 Membangkitkan motivasi.

2.3.3.6 Dapat menghadirkan situasi yang nyata dari informasi yang di sampaikan untuk menimbulkan kesan yang mendalam.

2.3.4 Kekurangan Video

Menurut Alamsyah (2018), video juga mempunyai kekurangan yaitu:

- 2.3.4.1 *Fine detail* yaitu tidak dapat menampilkan objek sampai yang sekecil-kecilnya.
- 2.3.4.2 *Size information* yaitu tidak dapat menampilkan objek dengan ukuran yang sebenarnya.
- 2.3.4.3 *Third dimention* yaitu gambaran yang ditampilkan dengan video umumnya berbentuk dua dimensi.
- 2.3.4.4 *Opposition* yaitu pengambilan yang kurang tepat dapat menyebabkan timbulnya keraguan penonton dalam menafsirkan gambar yang dilihat.
- 2.3.4.5 Material pendukung video membutuhkan alat proyeksi untuk menampilkannya.
- 2.3.4.6 *Budget*, untuk membuat program video membutuhkan biaya yang tidak sedikit.

2.4 Pengetahuan

2.4.1 Pengertian pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan hal ini terjadi ketika seseorang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba (Efendi, 2009).

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*over behaviour*). Meningkatnya pengetahuan dapat menimbulkan perubahan persepsi, kebiasaan dan membentuk kepercayaan seseorang, dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku seseorang yang didasari oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran (Notoatmodjo, 2010).

2.4.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut Efendi (2009) terdapat 6 tingkat pengetahuan, yaitu:

2.4.2.1 Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat akan suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingatkan kembali atau (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu merupakan tingkat

pengetahuan yang paling rendah.

2.4.2.2 Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

2.4.2.3 Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru, kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada.

2.4.2.4 Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi tersebut harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

2.4.2.5 Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

2.4.2.6 Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian tersebut didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang ada.

2.4.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Nugraheni (2017) faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi:

2.4.3.1 Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain agar mereka dapat memahami. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah pula bagi mereka untuk menerima informasi dan pada akhirnya semakin banyak pengetahuan yang mereka miliki.

2.4.3.2 Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung.

2.4.3.3 Umur

Bertambahnya umur seseorang akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental), dimana pada aspek psikologi ini, taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa.

2.4.3.4 Minat

Minat diartikan sebagai suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang mendalam.

2.4.3.5 Pengalaman

Pengalaman adalah suatu kejadian yang pernah dialami oleh individu baik dari dalam dirinya maupun dari lingkungannya, dasarnya pengalaman mungkin saja menyenangkan atau tidak menyenangkan bagi individu yang melekat menjadi pengalaman pada individu secara subjektif.

2.4.3.6 Informasi

Kemudahan seseorang untuk memperoleh informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru.

2.4.3.7 Sumber Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan bisa diperoleh dari :

- a. Media massa, meliputi : televisi, radio, koran, majalah, tabloid, dan lain-lain.
- b. Pendidikan, pendidikan yang dimaksud adalah pendidikan formal maupun non-formal.
- c. Petugas kesehatan, sebagai sumber informasi dapat diperoleh langsung dari

petugas kesehatan.

- d. Pengalaman, pengalaman dapat diperoleh secara langsung dari pengalamanpetugas kesehatan maupun individu.

2.4.4 Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden (Budiman dan Riyanto, 2013). Sedangkan menurut Arikunto (2013), tingkat pengetahuan seseorang menjadi tiga tingkatan yang didasarkan pada nilai persentase yaitu sebagai berikut.

- a. Tingkat pengetahuan kategori baik jika nilainya $\geq 76 - 100\%$
- b. Tingkat pengetahuan kategori cukup jika nilainya $60 - 75\%$
- c. Tingkat pengetahuan kategori kurang jika nilainya $\leq 60\%$

2.4.5 Pengaruh Pengetahuan dalam Tindakan Menggosok Gigi

Menurut Efendi (2009) pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*). Sikap dan praktek yang tidak didasari oleh pengetahuan yang kuat tidak akan bertahan lama pada kehidupan seseorang, sedangkan pengetahuan yang kuat jika diimbangi oleh sikap dan praktek yang berkesinambungan tidak akan mempunyai makna yang berarti dalam kehidupan. Notoatmodjo (2007), menjelaskan bahwa salah satu tingkat pengetahuan yaitu aplikasi, diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya, misalnya seorang anak akan melakukan gosok gigi setiap hari ketika anak telah memahami materi kesehatan gigi.

2.5 Motivasi

2.5.1 Pengertian Motivasi

Istilah motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung, tetapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah lakunya berupa rangsangan, dorongan, atau pembangkit tenaga munculnya suatu tingkah laku tertentu. Motivasi merupakan dorongan yang terdapat dalam diri seseorang untuk berusaha mengadakan

perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya (Uno, 2016).

2.5.2 Fungsi Motivasi

Herijulianti, dkk, (2001) fungsi motivasi meliputi:

- a. Mendorong seseorang untuk berbuat sesuatu, jadi motivasi disini berfungsi sebagai penggerak disetiap kegiatan yang akan dikerjakannya.
- b. Menentukan arah perbuatan, ke arah tujuan yang hendak dicapai.
- c. Menyeleksi perbuatan yakni menentukan perbuatan apa yang harus dikerjakan guna mencapai tujuan.

2.5.3 Macam Motivasi

Menurut Uno (2016) dilihat dari sudut sumber yang menimbulkannya, motivasi dibedakan dua macam, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik.

2.5.3.1 Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik adalah motivasi yang terkait dengan pemaknaan dan peranan kognisi lebih, atau motivasi yang muncul dari dalam, seperti minat dan keingintahuan (*curiosity*), sehingga seseorang tidak termotivasi oleh bentuk-bentuk insentif atau hukuman. Konsep motivasi intrinsik mengidentifikasikan tingkah laku seseorang yang merasa senang terhadap sesuatu, apabila menyenangkan kegiatan itu, maka termotivasi untuk melakukan kegiatan tersebut.

2.5.3.2 Motivasi ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang disebabkan oleh keinginan untuk menerima ganjaran atau menghindari hukuman, motivasi yang terbentuk oleh faktor-faktor eksternal berupa ganjaran atau hukuman.

2.5.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi

Uno (2016), faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi dibagi menjadi dua yaitu faktor motivasi instrinsik dan faktor motivasi ekstrinsik. Taufik (2007), menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi instrinsik yaitu:

- a. Kebutuhan (*need*)

Seseorang melakukan aktivasi (kegiatan) karena adanya faktor-faktor kebutuhan biologis maupun psikologis.

b. Harapan (*expectancy*)

Seseorang dimotivasi oleh karena kebersihan dan adanya harapan kebersihan bersifat pemuasan diri seseorang, kebersihan dan harga diri meningkat dan menggerakkan seseorang ke arah pencapaian tujuan, misalnya ibu membawa balita ke Posyandu untuk imunisasi dengan harapan agar balita dengan sehat.

c. Minat

Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa keinginan pada suatu hal tanpa ada yang menyuruh, sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi ekstrinsiknya.

d. Dorongan Keluarga

Dorongan keluarga merupakan salah satu faktor pendorong (*reinforcing factors*) yang dapat mempengaruhi seseorang berperilaku.

e. Lingkungan

Lingkungan adalah tempat dimana seseorang tinggal. Lingkungan dapat mempengaruhi seseorang sehingga dapat termotivasi untuk melakukan sesuatu. Keluarga lingkungan juga mempunyai peran yang besar memotivasi seseorang dalam merubah tingkah lakunya. Dalam sebuah lingkungan yang sangat terbuka akan menimbulkan rasa kesetiakawanan yang tinggi.

f. Imbalan

Seseorang dapat termotivasi karena adanya suatu imbalan sehingga orang tersebut ingin melakukan sesuatu, selain itu kondisi dan fasilitas yang tersedia juga mempengaruhi motivasi ekstrinsik (Anggraini, 2011).

2.5.5 Pengukuran Motivasi

Notoatmodjo (2005), menyatakan motivasi adalah sebuah konsep psikologis yang *intangibile* untuk tidak kasat mata, artinya bahwa tidak dapat melihat motivasi secara langsung. Motivasi dapat diketui seseorang dengan menyimpulkan perilaku, perasaan, dan perkataannya ketika ingin mencapai tujuannya. Notoatmodjo (2005), juga menyatakan ada beberapa cara untuk mengukur motivasi yaitu:

a. Tes Proyeksi

Apa yang dirasakan merupakan cermin dari apa yang ada dalam diri kita. Memahami apa yang dipikirkan orang, maka diberi stimulus yang harus diinterpretasikan. Salah satu teknik proyektif yang dikenal adalah *Thematic Apperception Test (TAT)*.

b. Kuesioner

Salah satu cara untuk mengukur motivasi adalah melalui kuesioner dengan cara meminta klien untuk mengisi kuesioner yang berisi pernyataan-pernyataan yang dapat memancing motivasi klien. Suatu pernyataan dapat berisi hal positif mengenai objek motivasi, yaitu berisi pertanyaan yang mendukung atau memihak kepada objek. Pernyataan ini disebut dengan pernyataan yang *favourable*. Sebaliknya suatu pernyataan dapat pula berisi hal negatif mengenai objek yang sifatnya tidak memihak atau tidak mendukung terhadap objek, dan karenanya disebut dengan *unfavourable*.

c. Observasi Perilaku

Cara lain untuk mengukur motivasi adalah dengan membuat situasi sehingga klien dapat memunculkan perilaku yang mencerminkan motivasinya.

2.5.6 Pengaruh Motivasi dalam Tindakan Menggosok Gigi

Motivasi pada dasarnya dapat membantu dalam memahami dan menjelaskan perilaku individu, termasuk perilaku individu yang sedang belajar. Hakikat motivasi adalah dorongan internal dan eksternal pada seseorang untuk mengadakan perubahan tingkah laku. Perilaku individu manusia ditentukan oleh faktor-faktor didalam diri, yaitu faktor pribadi dan faktor lingkungan individu yang bersangkutan. Pada umumnya, motif dasar yang bersifat pribadi muncul dalam tindakan individu setelah dibentuk oleh pengaruh lingkungan (Uno, 2016).

Green dalam Notoatmodjo (2007), menyebutkan bahwa perilaku dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu faktor predisposisi, faktor pemungkin seperti ketersediannya sarana prasaran dan fasilitas yang membuat seseorang dapat dilakukan tindakan atau perilaku, dan faktor penguat yaitu stimulus yang diberikan.

2.6 Menggosok Gigi (Skill & Knowledge)

2.6.1 Pengertian Menggosok Gigi

Menggosok gigi adalah suatu kegiatan membersihkan seluruh permukaan

gigi dari penumpukan plak tanpa mencedarai jaringan lunak dalam mulut serta dilakukan berurutan dari satu sisi ke sisi yang lain (Kemenkes,RI., 2012).

2.6.2 Tujuan Menggosok Gigi

Tujuan dari kebersihan gigi dan mulut adalah untuk meminimalkan penyakit etiologi di mulut. Fokus utama dari penyakit gigi dan flossing adalah untuk menghapus dan mencegah pembentukan plak (Hidayat dan Tandari, 2016).

2.6.3 Langkah Menggosok gigi yang Baik

Langkah menggosok gigi yang baik menurut Sariningsih (2012), adalah sebagai berikut:

- a. Setiap orang harus mempunyai sikat gigi sendiri-sendiri supaya tidak tertular penyakit.
- b. Sikat gigi anak untuk anak-anak, sikat gigi dewasa untuk orang dewasa.
- c. Menggosok gigi setelah sarapan pagi dan malam sebelum tidur. Setelah makan dianjurkan kumur-kumur supaya sisa makanan tidak ada yang tertinggal di sela-sela gigi.
- d. Siapkan sikat gigi yang kering dan pasta gigi yang mengandung flour, banyaknya pasta gigi sebesar butir biji jagung.
- e. Kumur-kumur dengan air sebelum menggosok gigi.
- f. Pertama-tama rahang bawah dimajukan ke depan sehingga gigi-gigi rahang bawah dan gigi rahang atas merupakan sebuah bidang datar, sikat gigi- gigi rahang atas dan gigi-gigi rahang bawah dengan gerakan ke atas dan ke bawah (*horizontal*) bukan ke samping.
- g. Sikat semua dataran pengunyahan gigi atas dan gigi bawah dengan gerakan maju mundur dengan pendek-pendek. Menggosok gigi setidaknya 8 kali gerakan untuk setiap permukaan gigi.
- h. Sikatlah permukaan gigi depan rahang bawah yang menghadap lidah dengan arah sikat keluar rongga mulut.
- i. Sikatlah permukaan gigi bagian belakang rahang bawah yang menghadap ke bawah yang menghadap ke lidah dengan gerakan memutar (*roll*).
- j. Sikatlah permukaan gigi bagian belakang rahang atas yang menghadap langit-langit dengan arah sikat keluar dari rongga mulut.

- k. Sikatlah permukaan gigi belakang rahang atas yang menghadap ke langit-langit dengan gerakan memutar (*roll*).
- l. Setelah semua permukaan gigi selesai disikat, kumurlah dengan air hanyasatu kali saja agar ada sisa flour yang melekat pada gigi, sehingga gigi menjadi kuat, tidak rapuh (Sariningsih, 2012).



Gambar 2. 1 Cara Menggosok Gigi
Sumber : (Tee,2019)

2.6.4 Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam Menggosok Gigi

Ramadhan (2010), menyebutkan ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam menggosok gigi yaitu :

2.6.4.1 Waktu menggosok gigi

Waktu terbaik untuk membersihkan gigi, lebih baik bila dilakukan sesudah sarapan pagi sehingga kondisi mulut masih tetap bersih sampai makan siang. Juga disarankan untuk membersihkan gigi sebelum tidur, hal ini dikarenakan pada waktu tidur, air ludah berkurang sehingga asam yang dihasilkan oleh plak akan menjadi lebih pekat dan kemampuannya merusak gigi tentunya menjadi lebih besar.

2.6.4.2 Menggosok gigi dengan lembut

Menggosok gigi yang terlalu kasar ataupun gerakan menggosok gigi yang terlalu panjang misalnya menggosok 5 sampai 6 gigi sekaligus juga bisa menyebabkan kerusakan pada gigi dan gusi. Tekanan yang digunakan harus tekanan yang ringan.

2.6.4.3 Durasi dalam menggosok gigi

Menggosok gigi yang tepat membutuhkan waktu minimal 12 menit.

2.6.4.4 Mengganti sikat gigi

Sikat gigi sudah mekar atau rusak ataupun sikat gigi sudah berusia 3 bulan, maka sikat gigi tersebut akan kehilangan kemampuan untuk membersihkan gigi dengan baik. Gantilah sikat gigi dengan yang baru apabila salah satu diantara dua hal ini telah terjadi. Bulu sikat sudah rusak sebelum 3 bulan, bias jadi itu merupakan tandamenggosok gigi dilakukan dengan tekanan yang terlalu keras.

2.6.4.5 Menjaga kebersihan sikat gigi

Sikat gigi yang tidak dibersihkan bisa menjadi tempat perkembangbiakan kuman dan jamur. Setiap selesai menggosok gigi, selalu bersihkan sikat gigi dengan cara mengocoknya dengan kencang di dalam air atau dibilas di bawah aliran air. Keringkan sikat gigi setiap selesai digunakan dan simpan sikat gigi dengan posisi berdiri di tempatnya.

2.6.4.6 Alat dan Bahan Pendukung Menyikat Gigi

Menurut Kemenkes RI (2012), supaya kebersihan gigi dan mulut lebih terjaga, ibu hamil juga dianjurkan untuk menggunakan alat bantu menyikat gigi sebagai berikut :

a. Benang pembersih gigi

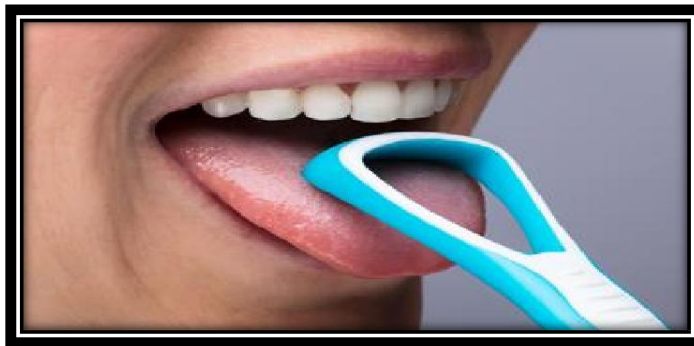
Penggunaan benang gigi akan dapat menghilangkan plak dan sisa-sisa makanan dari sela-sela gigi dan yang ada di bawah gusi. Karena daerah sela-sela gigi sulit dibersihkan dengan sikat gigi saja, sehingga penyakit gigi dan gusi sering dimulai di area tersebut. Pencegahan penyakit gigi dan gusi maka diperlukan alat lain selain sikat gigi yaitu benang pembersih gigi. Pemakaian benang ini memerlukan keterampilan khusus, oleh karenanya perlu dilakukan latihan(Boedihardjo, 2015).



Gambar 2. 2 Benang Gigi
Sumber : (Kevin, 2019)

b. Pembersih lidah

Pembersihan lidah digunakan untuk mengurangi debris, plak, dan sejumlah *microorganismes*. Papila atau lidah merupakan tempat berkumpulnya bakteri dan debris, cara menggunakan pembersih lidah yaitu menempatkan di bagian tengah lidah kemudian menariknya perlahan-lahan ke arah depan dengan sedikit tekanan pada permukaan lidah (Saragih, 2019).



Gambar 2. 3 Pembersih lidah
Sumber: (Adelia, 2019)

c. Pasta gigi berflouride

Menurut Boedihardjo (2015), pasta gigi yang dianjurkan yaitu yang mengandung flour, karena flour yang berada dalam pasta gigi akan mencegah kerusakan gigi jika dipakai secara teratur dan terus-menerus saat menyikat gigi.



Gambar 2. 4 Pasta Gigi Berflouride
Sumber : (Argentina, 2021)

d. Obat kumur

Obat kumur digunakan palingsedikit sekali sehari, waktu yang paling tepat menggunakan obat kumur adalah sebelum tidur (Saragih, 2019). Obat kumur bertujuan untuk membunuh bakteri dalam mulut. Cara kerja obat kumur yaitu dengan cara menghisap-hisap cairan tersebut di antara gigi dan mulut dengan otot-otot bibir, lidah, dan pipi dimana gigi dalam keadaan tertutup selama kurang lebih 30 detik (Saragih, 2019).



Gambar 2. 5 Obat Kumur
Sumber : (Afrillia, 2019)

2.6.4.6 Menggunakan pasta gigi yang mengandung fluoride

Pasta gigi yang mengandung fluoride berperan untuk melindungi gigi dari kerusakan.

2.7 Debris

2.7.1 Pengertian Debris

Debris merupakan bahan lunak yang menempel pada permukaan gigi yang dapat berupa debris, material alba dan *food debris* (Putri, dkk., 2015). Sisa makanan yang menempel pada gigi jika tidak dibersihkan dan terjadi pembusukan akan memicu pembentukan debris. Debris makanan yang bersifat kariogenik akan mengalami metabolisme dengan bakteri tersebut yang akan menghasilkan asam serta menurunkan *Ph* dibawah normal pada rongga mulut, sehingga akan mengakibatkan proses *demineralisasi* terjadi pada permukaan gigi yang mengakibatkan terjadinya karies (Senjaya, 2013 *Cit.*, Andani, 2017).

Kebersihan gigi dan mulut jika tidak diperhatikan akan menimbulkan penyakit *periodontal* seperti *gingivitis* dan *periodontitis* serta dapat menimbulkan penyakit jaringan keras gigi seperti karies yang merupakan akibat kebersihan gigi dan mulut yang buruk. Upaya peningkatan kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan dengan cara promotif, preventif, kuratif dan rehabilitative (Belinda, 2008*Cit.* Andani, 2017). Pencegahan pada anak dapat dilakukan secara mekanik yaitu dengan menyikat gigi, secara kimiawi yaitu dengan berkumur menggunakan obat kumur dan penggunaan flour serta dengan memberikan pendidikan kesehatan gigi pada anak dengan melakukan penyuluhan kebersihan gigi dan mulut (Angela, 2005*cit.*, Andani, 2017).



Gambar 2.6 Debris
Sumber : (meadfamilydental.com)

2.7.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Debris

Menurut Carlsson (2018), faktor yang mempengaruhi proses pembentukan debris adalah sebagai berikut:

2.7.2.1 Faktor lingkungan fisik

Faktor ini meliputi anatomi dan posisi gigi, anatomi jaringan sekitarnya, struktur permukaan gigi yang jelas terlihat setelah dilakukan pewarnaan dengan larutan *disclosing*, pada daerah terlindungi karena cenderung permukaan gigi, pada gigi yang letaknya salah, pada permukaan gigi dengan kontur tepi gusi yang buruk, pada permukaan email yang cacat, dan pada daerah pertautan sementoemail yang kasar, terlihat jumlah debris yang terbentuk lebih banyak.

2.7.2.2 Faktor friksi atau gesekan oleh makanan yang dikunyah

Faktor ini hanya terjadi pada permukaan gigi yang tidak terlindungi. Pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dapat dicegah atau mengurangi penumpukan debris pada permukaan gigi.

2.7.2.3 Faktor pengaruh *diet*

Pengaruh *diet* terhadap permukaan debris telah diteliti dalam dua aspek, yaitu pengaruhnya secara fisik dan pengaruhnya sebagai sumber makanan bagi bakteri di dalam debris. Jenis makanan bagi bakteri tersebut yaitu makanan keras dan makanan lunak yang memengaruhi pembentukan debris pada permukaan gigi, tetapi debris banyak terbentuk jika lebih sering mengkonsumsi makanan yang lunak terutama yang mengandung karbohidrat jenis sukrosa karena akan menghasilkan dekstran dan levan yang memegang peranan penting dalam pembentukan debris pada permukaan gigi (Putri, dkk., 2015).

2.8 Anak Usia SMP

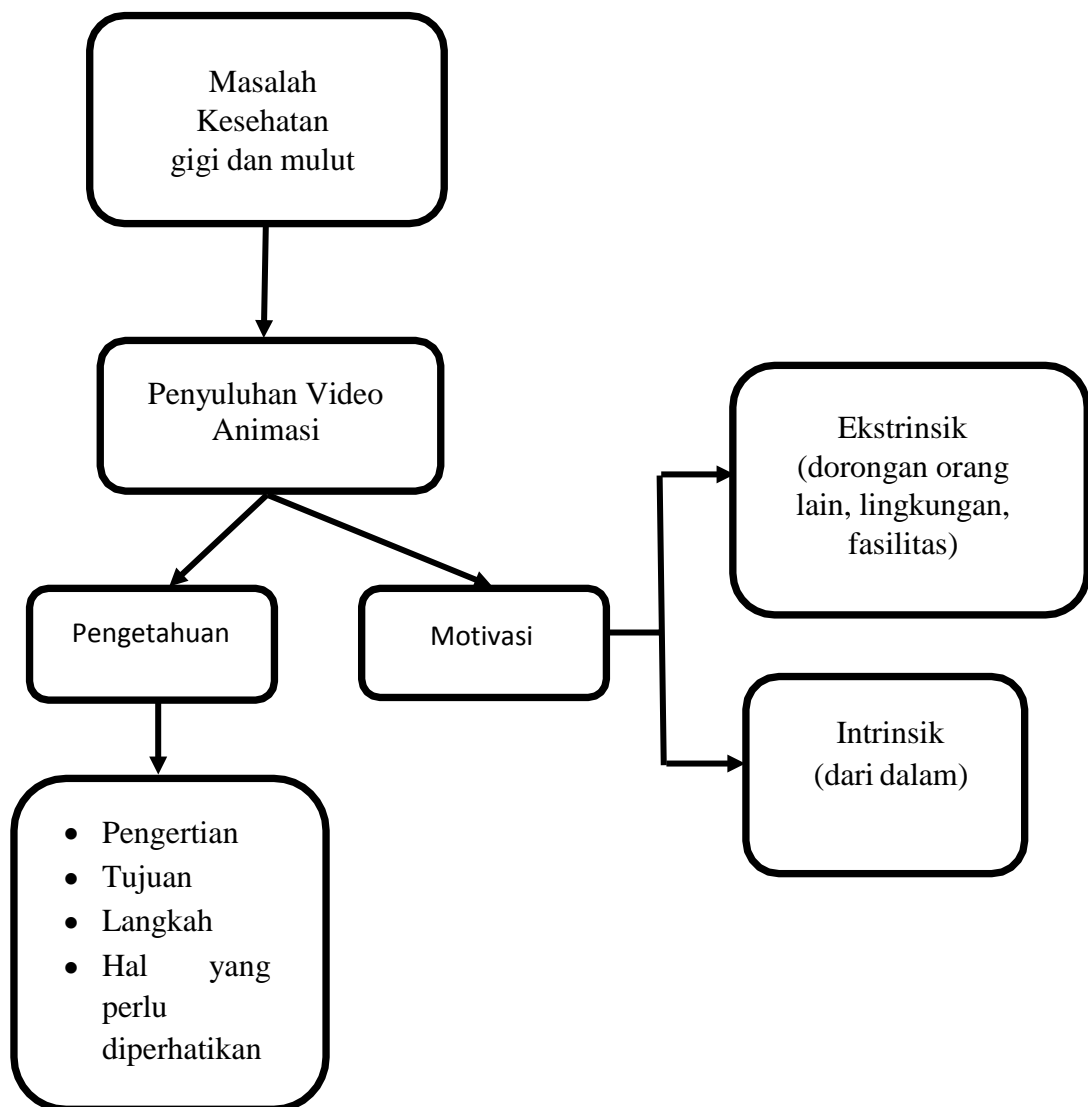
Rata-rata siswa SMP ada di rentang 12-14 tahun. Usia ini adalah rentang masa remaja yang oleh ahli psikologi ditentukan pada usia 12 sampai 22 tahun. Karakteristik usia remajadi kelompokkan dalam dua kelompok, yakni kelompok masa remaja awal dan kelompok masa remaja akhir. Kelompok masa remaja awal berkisar pada usia 12-17 tahun. Sedang kelompok masa remaja akhir berkisar antara 17-22 tahun. Siswa SMP kelas VII yang rata-rata berusia 12-14 tahun tergolong dalam kelompok masa remaja awal. Jean Piaget membagi perkembangan kognitif menjadi empat tahapan yaitu (Sugihartono: 2007) :

- a. Tahap *Sensorimotor* (usia 0-2 tahun)
- b. Tahap *Pra operasional Thinking* (usia 2-7 tahun)
- c. Tahap *Concrete Operations* (usia 7-11 tahun)
- d. Tahap *Formal Operations* (usia 12-15 tahun)

Berdasarkan tahap perkembangan kognitif, siswa SMP kelas VII termasuk pada tahap operasional formal. Tahap ini, anak-anak bias menangani situasi hipotesis dan proses berpikir mereka tak lagi tergantung pada hal-hal yang berlangsung riil dan memiliki penalaran yang logis. Muhammad Ali dan Muhammad Asrori (2005:29) juga menyatakan bahwa pada tahap ini anak telah

mampu mewujudkan suatu keseluruhan dalam pekerjaannya yang merupakan hasil berpikir logis dan mulai mampu mengembangkan pikiran normalnya. Mereka jugamulai mampu mencapai logika dan rasio serta dapat menggunakan abstraksi.

2.9 Kerangka Teori



Sumber : Ridha, (2019)