

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis

1. Perilaku

a. Pengertian Perilaku

Dari segi biologis, perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme (makhluk hidup) yang bersangkutan. Oleh karena itu dari sudut pandang biologis semua makhluk hidup mulai dari tumbuhan, binatang sampai dengan manusia itu berperilaku, karena mempunyai aktivitas masing-masing. Sehingga yang dimaksud perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca dan sebagainya. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku (manusia) adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.

Meskipun perilaku adalah bentuk respons atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar organisme (orang), namun dalam memberikan respons sangat tergantung pada karakteristik atau faktor-faktor dari orang yang bersangkutan. Faktor-faktor yang membedakan

Respons terhadap stimulus yang berbeda disebut determinan perilaku.

determinan perilaku dapat dibedakan menjadi dua yaitu :

- 1) Determinan atau faktor internal, yaitu karakteristik orang yang bersangkutan, yang bersifat bawaan, misalnya: tingkat kecerdasan, tingkat emosional, jenis kelamin dan sebagainya.
- 2) Determinan atau faktor eksternal, yaitu lingkungan, baik lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi, dan sebagainya.

Dari uraian di atas perilaku merupakan aktivitas seseorang yang merupakan hasil bersama antara berbagai factor, baik factor internal maupun eksternal. (Notoatmodjo, 2012)

b. Tahap-tahap perilaku

Didalam diri seseorang terjadi berbagai tahapan proses perilaku yakni:

- 1) Kesadaran (*Awareness*), yaitu orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu.
- 2) Tertarik (*Interes*), yaitu orang mulai tertarik kepada stimulus.
- 3) Evaluasi (*Evaluation*), menimbang-nimbang baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya.
- 4) Mencoba (*Trial*), orang telah mulai mencoba berperilaku baru.
- 5) Adaptasi (*Adaption*), telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus.

(Notoatmodjo, 2007)

c. **Macam-macam perilaku**

Dilihat dari bentuk respons terhadap stimulus ini, maka perilaku dapat dibedakan menjadi dua.

1) Perilaku tertutup (*covert behavior*)

Respons seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terselubung atau tertutup (*covert*). Misalnya, pengetahuan ibu dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut anaknya.

2) Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Respons seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respons terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktik (*practice*). misalnya, promosi tentang kesehatan gigi dan mulut kepada ibu-ibu di posyandu, membawa anaknya ke puskesmas untuk cabut gigi. (Notoatmodjo, 2012)

2. **Perilaku kesehatan gigi**

Perilaku kesehatan berdasarkan batasan perilaku dari skinner tersebut, maka perilaku kesehatan adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makan dan minum serta lingkungan.

(Notoatmodjo, 2007)

Perilaku kesehatan gigi dan mulut adalah tindakan untuk memelihara kesehatan gigi dan mulut yaitu beberapa kali menyikat gigi dalam sehari,

kapan waktunya, dan mengkonsumsi makanan yang dapat menyehatkan gigi dan mulut, mengurangi makanan yang merusak gigi. (Veriza.2018)

Agar anak mempunyai kebiasaan menggosok gigi sebelum tidur anak harus melakukan setiap hari :

- a Pergi ke kamar mandi sebelum tidur
- b Mengambil sikat dan pasta gigi
- c Mengambil air dan berkumur
- d Melakukan gosok gigi
- e Menyimpan sikat gigi dan pasta gigi
- f Setelah semuanya selesai dilakukan, pergi ke kamar tidur.

(Notoatmodjo, 2012)

3. Faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan

- a. Faktor predisposisi yang terdiri atas pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, umur, pendidikan, pekerjaan, dan status ekonomi keluarga.
- b. Faktor pendukung yang terdiri atas lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya sarana dan prasarana kesehatan, serta ada atau tidak adanya program kesehatan.
- c. Faktor pendorong terdiri atas sikap dan pembuatan petugas kesehatan atau orang lain yang menjadi panutan. (Budiharto, 2008)

4. Pengetahuan tentang kesehatan gigi

Pengetahuan cara memelihara kesehatan gigi dan mulut ada enam tingkatannya yang dicapai dalam domain kognitif yaitu :

- a. Tahu (*know*), adalah tingkat pengetahuan yang paling rendah untuk mengukur bahwa seseorang tahu apa yang dipelajari antara lain harus menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, serta menyatakan.
- b. Memahami (*comprehension*), diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.
- c. Aplikasi (*aplication*), diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya.
- d. Analisis (*analysis*), adalah kemampuan untuk menjalankan materi atau objek ke dalam komponen-komponen tapi masih dalam struktur organisasi dan masih berkaitan satu dengan yang lainnya.
- e. Sintesis (*synthesis*), adalah kemampuan untuk menyusun formasi baru dari informasi-informasi yang ada.
- f. Evaluasi (*evaluation*), mengukur pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari responden. (Notoatmodjo, 2007)

5. Menyikat gigi



Gambar 1. Menyikat Gigi

a. Pengertian menyikat gigi

Menyikat gigi adalah salah satu aktivitas pembersihan gigi dengan menggunakan sikat gigi dan pasta gigi untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut agar gigi bersih dari sisa makan dan debris. (Putri dkk,2009)

b. Tujuan menyikat gigi

Tujuan menyikat gigi adalah untuk membersihkan sisa-sisa makanan, debris dan plak yang ada pada permukaan gigi. Serta untuk mencegah terjadinya penyakit pada jaringan keras maupun lunak. Menyikat gigi yang baik adalah menyikat gigi yang tidak menimbulkan kerusakan pada gigi. (Putri dkk, 2009)

c. Yang harus diperhatikan dalam menyikat gigi

- 1) Teknik menyikat gigi harus dapat membersihkan semua permukaan gigi dan gusi secara efisien terutama daerah saku gusi dan daerah interdental.
- 2) Pergerakan sikat gigi tidak boleh menyebabkan kerusakan jaringan gusi atau abrasi gigi.
- 3) Teknik menyikat gigi harus sederhana, tepat, dan efisien waktu. (Putri dkk, 2009)

d. Waktu menyikat gigi

Banyak para dokter gigi yang menyarankan untuk selalu menyikat gigi sebelum tidur, hal ini dikarenakan pada waktu tidur, air ludah berkurang sehingga asam yang dihasilkan oleh plak akan menjadi lebih pekat dan kemampuannya untuk merusak gigi tentunya menjadi lebih pesat.

Gigi juga harus disikat pada waktu pagi hari, bisa sebelum atau sesudah sarapan pagi. Hal ini tergantung jam berapa sarapan pagi.

Bagusnya, sarapan pagi dilakukan sebelum beraktivitas dan dilanjutkan dengan menyikat gigi. Sehingga kondisi mulut tetap bersih dan bau mulut berkurang dan terasa segar.

Waktu terbaik menyikat gigi adalah setelah makan dan sebelum tidur. Menyikat gigi setelah makan bertujuan untuk mengangkat sisa-sisa makanan yang menempel di permukaan ataupun di sela-sela gigi dan gusi. Sedangkan menggosok gigi sebelum tidur, berguna untuk menahan perkembangbiakan bakteri dalam mulut karena dalam keadaan tidur tidak diproduksi ludah yang berfungsi membersihkan gigi dan mulut secara alami. Untuk itu diusahakan gigi betul-betul dalam kondisi yang bersih sebelum tidur, ketika bangun pagi gigi massi relatif bersih sehingga gosok gigi bisa dilakukan setelah selesai sarapan. (Hidayat, 2016)

e. Frekuensi menyikat gigi

Sudah menjadi aturan bahwa gigi-geligi harus dibersihkan setiap pagi dan malam hari dan tentunya diperlukan kebiasaan membersihkan mulut yang teratur, dalam memberikan instruksi kepada pasien tentang pola pembersihan gigi rongga mulut yang harus diterapkan, perlu juga dipertimbangkan gaya hidup pasien sehari-hari. Banyak individu mempunyai cukup waktu dan energi serta kesempatan untuk membersihkan giginya di siang hari. Cukup banyak individu yang bekerja di lingkungan di mana tersedia fasilitas toilet yang baik dan

oleh karena itu motivasi untuk menyikat gigi selama di tempat kerja perlu ditingkatkan.

Satu-satunya persyaratan adalah membentuk kesadaran akan adanya rongga mulut. Bila seorang individu sudah mengetahui bagaimana rasanya mulut yang bersih, maka keadaan mulut yang kotor akan menimbulkan rasa tidak nyaman dan cenderung menyadari pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut serta membiasakan menyikat gigi. (Manson, 1993)

f. Peralatan dan bahan menyikat gigi

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi:

- 1) Sikat gigi



Gambar 2. Sikat Gigi

Sikat gigi adalah alat untuk membersihkan gigi yang berbentuk sikat kecil dengan pegangan. Sikat gigi banyak jenisnya, dari yang bulunya halus sampai kasar, bentuknya kecil sampai besar, dan berbagai macam desain pegangan. (Kusmawardani, 2011)

Sikat gigi ada berbagai ukuran, corak, bentuk dan pola sikat yang dapat diperoleh masyarakat. Terdapat sikat dengan kepala yang panjang, kepala yang pendek, serta dengan berbagai derajat kekerasan dari bulu sikat alami dan bulu sikat plastik. (Yuwono, 1989)

2) Ciri-ciri sikat gigi yang ideal

- a) Sikat gigi yang kepalanya cukup kecil sehingga dapat digunakan dengan baik dalam rongga mulut. Bagi orang dewasa panjang kepala sikat gigi 2,5 cm, sedangkan untuk anak-anak 1,5 cm.
- b) Panjang bulu sikat gigi sebaiknya sama. Sikat gigi dengan bulu yang panjangnya berbeda tidak dapat membersihkan permukaan datar tanpa menimbulkan tekanan pada beberapa bulu sikat.
- c) Tekstur bulu sikat sebaiknya memungkinkan digunakan dengan efektif tanpa merusak jaringan. Jangan memilih bulu sikat yang keras karena dapat merusak jaringan. Yang terlalu lembut juga dikhawatirkan tidak dapat membersihkan gigi dengan sempurna.
- d) Gagang sikat harus cukup lebar dan tebal agar dapat dipegang kuat walaupun dalam keadaan basah. (Manson, 1993)

3) Pasta gigi



Gambar 3. Pasta Gigi

Pasta gigi adalah pasta gigi yang mengandung bahan abrasi ringan seperti kalsium karbonat dan kalsium posfat, pasta gigi juga mengandung bahan-bahan kimia seperti formaldehid atau stronsium klorida, yang dapat membantu mengurangi sensitivitas dari akar yang terbuka akibat resesi gingiva. (Manson, 1993)

Pasta gigi biasanya digunakan bersama-sama dengan sikat gigi untuk membersihkan dan menghaluskan permukaan gigi-geligi, serta memberikan rasa nyaman dalam rongga mulut, karena aroma yang terkandung di dalam pasta tersebut nyaman dan menyegarkan.

Pasta gigi biasanya mengandung bahan-bahan abrasive, pembersih, bahan penambah rasa dan warna, serta pemanis, selain itu dapat juga ditambahkan pengikat, pelembap, pengawet, fluor dan air. Bahan abrasi dapat membantu melepaskan plak dan ppelikel tanpa menghilangkan lapisan email. (Putri dkk, 2009)

g. Teknik menyikat gigi

- 1) Teknik roll adalah dengan cara bagian samping sikat diletakkan berkontak dengan bagian samping gigi dengan bulu sikat mengarah ke apical dan sejajar terhadap sumbu gigi, bagian belakang sikat terletak setinggi permukaan oklusal gigi-geligi. Sikat kemudian diputar perlahan-lahan ke bawah pada rahang atas dan ke atas pada rahang bawah sehingga bulu sikat menyapu daerah gusi dan gigi.
- 2) Teknik bass ditujukan untuk membersihkan daerah leher gingiva dengan cara ujung sikat harus dipegang sedemikian rupa sehingga bulu sikat terletak 45 derajat terhadap sumbu gigi-geligi, ujung bulu sikat mengarah ke leher gingiva. Sikat kemudian ditekan ke arah gingiva dan digerakkan dengan gerak memutar yang kecil sehingga bulu sikat masuk ke daerah leher gingiva dan juga terdorong masuk di antara gigi-geligi.
- 3) Teknik charter adalah teknik yang jarang digunakan tidak seperti metode bass dan terdiri dari gerak yang pada dasarnya sama kecuali bahwa sikat diletakkan ke arah oklusal pada sudut 45 derajat, tidak terdapat gerak sikat pada sulkus gingiva tetapi terdapat gerak berputar untuk membersihkan embrasure proksimal.
- 4) Teknik vertical adalah teknik menyikat gigi untuk gigi bagian depan, kedua rahang tertutup lalu gigi disikat dengan gerakan keatas dan kebawah.

- 5) Teknik horizontal dengan cara gerakan menyikat gigi bagian bukal dan lingual dengan gerakan kedepan dan kebelakang.
- 6) Teknik kombinasi adalah teknik dengan menggabungkan teknik horizontal (kiri-kanan), vertikal (atas-bawah) dan roll (memutar).
- 7) Teknik stillman atau mc-call posisi dari bulu-bulu sikat berlawanan dengan charters, sikat gigi ditempatkan dengan sebagian pada gigi dan sebagian pada gusi, membentuk 45 derajat terhadap sumbu panjang gigi mengarah ke apical. (Manson, 1993)

h. Langkah-langkah menyikat gigi

Berikut ini langkah-langkah yang harus dilakukan dalam menyikat gigi:

- 1) Bersihkan permukaan gigi bagian luar yang menghadap ke bibir dan pipi. Mulai pada rahang atas terlebih dahulu kemudian dilanjutkan dengan rahang bawah.
- 2) Bersihkan seluruh permukaan kunyah gigi pada lengkung gigi sebelah kanan dan kiri dengan gerakan maju mundur sebanyak 10-20 kali gosokan. Lakukan pada rahang atas terlebih dahulu lalu kemudian lanjutkan dengan rahang bawah. Bulu sikat gigi diletakkan tegak lurus menghadap permukaan kunyah gigi.
- 3) Bersihkan permukaan dalam gigi yang menghadap ke lidah dan langit-langit dengan menggunakan teknik modifikasi Bass untuk lengkung gigi sebelah kanan dan kiri. Untuk lengkung gigi bagian

depan bisa dibersihkan dengan cara memegang sikat gigi secara vertical menghadap kedepan. Lalu gunakan ujung sikat dengan gerakan menarik dari gusi ke arah mahkota gigi. Lakukan pada rahang atas terlebih dahulu dan dilanjutkan dengan rahang bawah.

- 4) Terakhir, sikat lidah secara lembut dan halus untuk membersihkan bakteri yang berada di permukaan lidah. agar gusi tidak bengkak atau bahkan berdarah, pilihlah sikat gigi yang dengan bulu sikat yang lembut. Simpan sikat gigi di tempat yang kering dan segera ganti dengan yang baru jika bulu sikat sudah rusak. Hindari penggunaan sikat gigi yang sama dengan orang lain karena sikat gigi mengandung bakteri yang bisa berpindah dari satu orang ke orang lain meskipun sikat sudah dibersihkan. (Manson, 1993)

i. Manfaat menyikat gigi

- 1) Mulut bersih
- 2) Mencegah gigi berlubang
- 3) Membersihkan gigi dari sisa makanan
- 4) Melindungi dan memperkuat lapisan gigi
- 5) Mencegah kerusakan gigi dan gusi. (Hidayat,2016)

j. Tanda kesalahan dalam menyikat gigi

Menyikat gigi mungkin terlihat sebagian hal yang mudah untuk dilakukan, namun tanpa disadari banyak kesalahan yang dilakukan selama menyikat gigi,

Berikut ini adalah akibat dari kesalahan menyikat gigi yang tidak baik dan benar :

1) Nafas bau

Nafas bau diakibatkan karena kesalahan dalam pembersihan mulut secara keseluruhan , seperti penyikatan pada gigi yang tidak tepat dan sisa makanan yang terjebak di sela gigi dan lubang gigi yang dipenuhi sisa makanan yang tidak dibersihkan oleh proses penyikatan hal ini menyebabkan nafas bau.

2) Adanya karang gigi yang menumpuk



Gambar 4. Karang Gigi

Karang gigi adalah plak yang mengeras karena proses mineralisasi. Karang gigi muncul karena menyikat mahkota gigi tidak efektif dan tepat sehingga tidak sampai menghilangkan plak yang ada. Perhatikan cara menyikat gigi terutama pada saat membersihkan gigi pada mahkota gigi bagian dalam (belakang).

3) Terjadi radang gusi



Gambar 5. Radang Gusi

Radang gusi biasanya memiliki tanda-tanda gusi berwarna merah tua, terlihat bengkak, terasa sakit, dan mengeluarkan darah, baik secara tiba-tiba atau spontan ataupun karena terkena kontak dengan sesuatu. Hal ini dapat disebabkan karena menyikat gigi dengan tekanan yang terlalu besar pada daerah gusi. Bisa juga karena plak yang ada di daerah perbatasan gusi dan gigi tidak dibersihkan dengan cukup.

4) Gigi lebih sensitive

Rasa ngilu yang muncul pada gigi saat kontak dengan suhu yang terlalu dingin atau terlalu panas. Hal ini biasanya disebabkan karena menyikat gigi terlalu keras. (Hidayat,2016)

6. Usia

Usia sekolah dasar (6-12 tahun) Kesadaran masyarakat khususnya anak-anak sekolah dasar, tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut masi sangat rendah dan belum menjadi prioritas. Sebagian besar anak mengatakan kurang mengerti cara menjaga kesehatan gigi dan

mulut. Hal ini mungkin diakibatkan oleh kurangnya pengetahuan akan pentingnya pemeliharaan gigi dan mulut. tentu dipengaruhi oleh peran aktif orang tua terutama ibu terkait perilaku menyikat gigi anak dimulai dari bimbingan anak untuk menggosok gigi dengan benar dan memberikan pengertian tentang pentingnya menggosok gigi serta pemberian pemahaman yang juga disesuaikan dengan umur dan tingkat berfikir mereka.

Orang tua dapat memberikan contoh menggosok gigi dengan tepat dan mengajak anak untuk selalu menggosok gigi bersama, hal ini akan menjadikan kebiasaan menyikat gigi yang baik. Apabila menyikat gigi dilakukan dengan terarah dan teratur, maka anak akan tau cara menyikat gigi yang baik dan benar.

Orang tua juga harus selalu mengingatkan anak saat tiba waktu menyikat gigi, dan menyediakan fasilitas untuk menyikat gigi seperti sikat gigi dan pasta gigi yang sesuai untuk anak. Dengan mengajari dan memberikan contoh dan mengingatkan menyikat gigi pada anak maka diharapkan perilaku menyikat gigi tersebut akan menjadi sebuah kebiasaan .

Pada usia 6-12 tahun termasuk kelompok yang sering mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut, sehingga membutuhkan kewaspadaan dan perawatan gigi yang baik dan benar. Pada usia 6-12 tahun gigi anak memerlukan perawatan yang lebih intensif. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut terjadi pergantian gigi. Gigi susu mulai

tanggal dan gigi permanen mulai tumbuh. Keadaan ini menunjukkan gigi anak berada pada tahap gigi campuran, gigi permanen akan mudah rusak karena kondisi gigi baru tumbuh belum matang. Proses pergantian gigi susu ke gigi permanen meliputi proses pengikisan akar gigi susu oleh gigi permanen sebagai panduan gigi permanen keluar atau erupsi, banyak hal yang dapat memicu terjadinya kerusakan pada gigi anak seperti peradangan pada gusi atau jaringan pendukung gigi yang disebabkan beberapa hal antaranya perubahan hormone, penyakit tertentu, obat-obatan yang dapat mempengaruhi jumlah saliva, teknik menyikat gigi yang salah, kebiasaan buruk, keadaan mulut yang buruk dan karang gigi.

Gigi permanen tumbuh hanya satu kali dalam seumur hidup, sehingga harus dijaga, dirawat dan dipelihara dengan baik setiap hari agar terhindar dari masalah gigi. Anak usia sekolah dasar biasa dengan jajan sembarangan dan di sekolah banyak jajanan yang bersifat kariogenik, yakni manis dan lengket yang dapat menyebabkan kerusakan gigi, sehingga kerusakan gigi anak juga semakin tinggi. (Mukhbitin,2018)