

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan teoritis**

##### **1. Perilaku**

###### **a. Pengertian**

Perilaku merupakan hasil dari segala macam pengalaman dan interaksi manusia dengan lingkungan. Wujudnya bisa berupa pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku manusia cenderung bersifat menyeluruh, dan pada dasarnya terdiri atas sudut pandang psikologi, fisiologi, dan sosial. Namun, ketiga sudut pandang ini sulit di bedakan pengaruh dan peranannya terhadap pembentukan perilaku manusia (Budiharto, 2010).

###### **b. Tahap-tahap perilaku**

Perilaku baru melalui tahapan sebagai berikut :

- 1) Sadar (*Anwereness*) : seseorang sadar akan adanya informasi baru. Misalnya, menggosok gigi dapat menghilangkan plak gigi, dan dapat mencegah radang gusi serta karies gigi.
- 2) Tertarik (*Interest*) : pada tahap ini orang mulai tertarik mengetahui lebih lanjut mengenai manfaat menggosok gigi sehingga orang tersebut mencari informasi lebih lanjut pada orang lain yang di anggap tahu, membaca atau mendengarkan dari sumber yang dianggap tahu..

- 3) Evaluasi (*Evaluation*): Pada tahap ini orang tersebut mulai menilai, apakah akan memulai menggosok gigi atau tidak, dengan mempertimbangkan berbagai sudut misalnya, kemampuan membeli sikat gigi, pasta gigi, atau melihat orang lain yang rajin menggosok gigi.
- 4) Mencoba (*Trial*) : Orang tersebut mulai mencoba menggosok gigi. Dengan mempertimbangkan untung-ruginya, orang tersebut akan terus mencoba atau menghentikannya. Misalnya, apabila orang tersebut setelah menggosok giginya merasa mulutnya nyaman, giginya bersih sehingga menambah rasa percaya diri, ia akan melanjutkan menggosok gigi secara teratur. Namun, jika menggosok gigi membuat gigi ngilu, kegiatan menggosok gigi akan dilanjutkan atau diberhentikan sementara.
- 5) Adopsi (*Adoption*) : Pada tahap ini orang yakin dan menerima bahwa informasi baru berupa menggosok gigi memberikan untung bagi dirinya sehingga menggosok gigi menjadi kebutuhan.  
( Budiharto, 2010).

**c. Faktor yang mempengaruhi perilaku**

Perilaku ditentukan oleh 3 faktor yaitu :

- 1) Faktor predisposisi yang terdiri atas pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, umur, pendidikan, pekerjaan, dan status ekonomi keluarga.

- 2) Faktor pendukung yang terdiri atas lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya sarana dan prasarana kesehatan, serta ada atau tidak adanya program kesehatan.
- 3) Faktor pendorong terdiri atas sikap dan perbuatan petugas kesehatan atau orang lain yang menjadi panutan. (Budiharto, 2010)

## 2. Perilaku kesehatan gigi

### a. Pengertian

Perilaku kesehatan gigi meliputi pengetahuan, sikap, dan tindakan yang berkaitan dengan konsep sehat dan sakit gigi serta upaya pencegahannya. Dalam konsep ini yang dimaksudkan dengan kesehatan gigi adalah gigi dan semua jaringan yang ada di dalam mulut, termasuk gusi (Budiharto, 2010).

### b. Pengetahuan tentang kesehatan gigi

Seseorang memperoleh pengetahuan melalui pengindraan terhadap objek tertentu. Pengetahuan diperoleh sebagai akibat stimulus yang ditangkap pancaindra. Pengetahuan bias diperoleh secara alami maupun secara terancam yaitu melalui proses pendidikan. Pengetahuan merupakan ranah yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan.

Pengetahuan merupakan ranah kognitif yang mempunyai tingkatan yaitu :

- 1) **Tahu**, merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah, misalnya mengingat atau mengingat kembali suatu objek atau

rangsangan tertentu. Contohnya, mengingat kembali fungsi gigi selain mengunyah adalah untuk berbicara dan estetika.

- 2) **Memahami**, adalah kemampuan untuk menjelaskan secara benar objek yang diketahui. Contohnya, mampu menjelaskan tanda-tanda radang gusi.
- 3) **Aplikasi**, yaitu kemampuan yang menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Contohnya, memilih sikat gigi yang benar untuk menggosok gigi dari sejumlah model sikat gigi yang ada, setelah di beri penjelasan dengan contoh.
- 4) **Analisa**, yaitu kemampuan untuk menjabarkan suatu materi atau objek kedalam komponen-komponen tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi tersebut. Contohnya, mampu menjabarkan struktur jaringan periodontal dengan masing-masing fungsinya.
- 5) **Sintesis**, yaitu kemampuan untuk menggabungkan bagian-bagian ke dalam suatu bentuk tertentu yang baru. Contohnya, menggosok gigi yang tepat waktu, serta mengambil tindakan yang tepat bila ada kelainan gigi, untuk usaha mencegah penyakit gigi.
- 6) **Evaluasi**, yaitu kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek tertentu. Contohnya, mampu menilai

kondisi kesehatan gusi anaknya pada saat tertentu (Budiharto, 2010)

**c. Sikap mengenai kesehatan gigi**

Dengan mengambil konsep dasar teori sikap, sikap mengenai kesehatan gigi terdiri atas tiga komponen pokok, yaitu:

- 1) Kepercayaan atau keyakinan terhadap suatu objek. Misalnya, seseorang ibu berkeyakinan bahwa radang gusi pada anak dapat dicegah dengan menggosok gigi pada anaknya secara teratur, maka si ibu akan berusaha keras untuk menggosok gigi anaknya dengan teratur.
- 2) Kehidupan emosional atau evaluasi emosia. Misalnya, pengalaman bahwa gigi yang berlubang walau sudah ditambal di dokter gigi masih juga sakit, tetapi sesudah di cabut tidak lagi ada keluhan, membuat seseorang menambal giginya tetapi minta langsung dicabut saja, jika ada gigi yang berlubang.
- 3) Kecenderungan untuk bertindak. Contohnya, seseorang ibu yang tahu akan gusi berdarah disebabkan oleh kekurangan vitamin C, akan memberi vitamin C pada anaknya setiap kali ia melihat gusi anaknya berdarah. Apabila ternyata pemberian vitamin C belum juga menimbulkan penyembuhan gusi, si ibu cenderung melakukan usaha lain, misalnya ke dokter gigi. (Budiharto, 2010)

#### **d. Praktik atau tindakan mengenai kesehatan gigi**

Praktik atau tindakan mempunyai empat tindakan, yaitu :

- 1) **Persepsi**, merupakan tindakan tingkatan pertama yaitu memilih dan mengenal objek sehubungan dengan tindakan yang akan di ambil.
- 2) **Respon** terpimpin adalah jika seseorang mampu melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar, sesuai dengan contoh yang di berikan.
- 3) **Mekanisme** adalah bila seseorang mampu melakukan sesuatu dengan benar secara otomat-is atau sudah merukan kebiasaan.
- 4) **Adaptasi** adalah suatu praktik atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik, artinya tindakannya sudah dimodifikasi sendiri tanpa mengurangi kebenaran tindakan yang di maksudkan. (Budiharto, 2010)

#### **e. Sekala ukur perilaku**

Untuk sekala ukur kategori perilaku baik memiliki skor sebesar 76-100%, dan yang di katakan sedang sebesar 60-75%, sedangkan yang dikatakan kurang baik adalah sebesar 1-59%. (Muhammad, 2017).

### **3. Menyikat gigi**

#### **a. Pengertian menyikat gigi**

Definisi menyikat gigi adalah untuk membersihkan gigi dari plak yang bertujuan untuk mencegah penumpukan plak. Menyikat

gigi adalah cara umum yang di anjurkan untuk membersihkan deposit lunak pada permukaan gigi dan gusi sehingga penumpukan plak dapat dihindari.( Dinas Kesehatan Buleleng 2017).

Menyikat gigi adalah cara yang umum dianjurkan untuk membersihkan deposit lunak pada permukaan gigi dan gusi dan merupakan tindakan preventif dalam menuju keberhasilan dan kesehatanrongga mulut yang optimal (Megananda, 2018).

**b. Tujuan menyikat gigi**

Tujuan menyikat gigi adalah untuk membersihkan gigi dari plak pada semua permukaan gigi, dan mencegah terjadinya penyakit pada jaringan keras maupun jaringan lunak. (Megananda, 2018)

**c. Peralatan dan bahan menyikat gigi**

Ada beberapa han yang perlu di perhatikan dalam menyikat gigi agar mendapatkan hasil yang baik, yaitu :

**1) Sikat gigi**

Sikat merupakan salah satu alat oral physiotherapy yang digunakan secara luas untuk membersihkan gigi dan mulut, di pasaran dapat ditemukan beberapa macam sikat gigi baik manual maupun elektrik dengan berbagai ukuran dan bentuk, walaupun banyak jenis sikat gigi di pasaran, harus diperhatikan keefektifan sikat gigi untuk membersihkan gigi dan mulut.(Megananda, 2018)

## 2) Syarat sikat gigi yang ideal

Syarat sikat gigi yang ideal secara umum mencakup :

- a) Tangkai sikat harus enak dipegang dan stabil, pegangan sikat harus cukup lebar dan cukup tebal.
- b) Kepala sikat jangan terlalu besar, untuk orang dewasa maksimal 25-29 mm×10 mm, untuk anak-anak 15-24 mm × 8 mm. Jika gigi molar kedua sudah erupsi maksimal 20 mm × 7 mm, untuk anak balita 18 mm × 7 mm.
- c) Tekstur harus memungkinkan sikat digunakan dengan efektif tanpa merusak jaringan lunak maupun jaringan keras. (Megananda, 2018).

## 3) Pasta gigi

Pasta gigi didefinisikan sebagai suatu bahan semi-aqueous yang digunakan bersama-sama sikat gigi untuk membersihkan seluruh permukaan gigi serta memberi rasa nyaman pada rongga mulut. Penambahan aroma akan memberikan rasa nyaman dan menyegarkan pada rongga mulut. (Megananda, 2018)

Pasta gigi biasanya mengandung bahan-bahan abrasif, pembersih, bahan penambah rasa dan warna, serta pemanis, selain itu dapat juga ditambahkan bahan pengikat, pelembab, pengawet, flour, dan air. Bahan abrasif dapat membantu

melepaskan plak dan pelikel tanpa menghilangkan lapisan email. Bahan abrasif yang biasanya digunakan adalah kalsium karbonat atau aluminium hidroksida dengan jumlah 20%-40% dari isi pasta gigi. (Megananda, 2018)

**d. Teknik menyikat gigi**

- 1) Teknik vertical dilakukan untuk menyikat bagian depan gigi, kedua rahang tertutup lalu gigi disikat dengan gerakan keatas dan kebawah.
- 2) Teknik roll adalah cara menyikat gigi dengan ujung bulu sikat diletakkan dengan posisi mengarah ke akar gigi sehingga sebagian bulu sikat menekan gusi.
- 3) Teknik horizontal, dan roll adalah gerakan menyikat bagian bukal dan lingual dengan gerakan kedepan dan kebelakang.
- 4) Teknik vertical dilakukan dengan kedua rahang menutup, kemudian permukaan bukal gigi disikat dengan gerakan ke atas dan ke bawah.
- 5) Teknik roll merupakan teknik yang sering di anjurkan karena sederhana efisien dan mudah digunakan di seluruh bagian mulut, dengan gerakan memutar.
- 6) Teknik kombinasi yaitu teknik dengan menggabungkan teknik horizontal (kiri-kanan), vertikal (atas-bawah) dan sirkular (memutar).

- 7) Teknik fones (sirkuler) adalah teknik yang gerakan menyikat secara tegak lurus pada permukaan bukal dan labial dengan keadaan gigi dalam oklusi. Sikat gigi digerakan dalam lingkaran-lingkaran besar sehingga gigi dan gusi disikat sekaligus.
- 8) Teknik stillman atau mc-call Posisi dari bulu- bulu s ikat berlawanan dengan charter's, sikat gigi ditempatkan dengan sebagian pada gigi dan sebagian pada gusi, membentuk sudut  $45^\circ$  terhadap sumbu panjang gigi mengarah ke apica.
- 9) Teknik bass  
Sikat ditempatkan dengan sudut  $45^\circ$  terhadap sumbu panjang gigi mengarah ke apikal dengan ujung-ujung bulu sikat pada tepi gusi. (Megananda, 2018)

**e. Langkah-langkah menyikat gigi**

Langkah-langkah membersihkan setiap bagian gigi anda sebagai berikut :

- 1) Bersihkan bagian permukaan gigi bagian luar yang menghadap ke bibir dan pipi dengan menggunakan teknik modifikasi Bass. Mulai pada rahang atas terlebih dahulu lalu di lanjutkan dengan yang rahang bawah.
- 2) Bersihkan permukaan kunyah gigi pada lengkung gigi sebelah kanan dari kiri dengan gerakan maju mundur, atau mungkin boleh juga dengan sedikit diputar sebanyak 10-20 kali gosokan

juga. Lakukan pada rahang atas terlebih dahulu lalu dilanjutkan pada rahang bawah. Bulu sikat 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 anda dapat anda bersihkan 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 pada rahang bawah.
- 4) Terakhir, sikat pula permukaan lidah untuk membersihkan bakteri yang berada dipermukaan lidah. Permukaan lidah yang kasar dan berpapil membuat bakteri mudah menempel di sana. Selain dengan sikat gigi, anda juga dapat menggunakan sikat lidah. Lidah yang bersih juga akan membuat mulut anda terasa segar. (Endah kusumawati, 2011)

#### **f. Frekuensi menyikat gigi**

Menyikat gigi sebaiknya dua kali sehari yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Lama menyikat gigi dianjurkan dua sampai lima menit dengan cara sistematis supaya tidak ada gigi

yang terlampaui yaitu mulai dari posterior ke anterior berakhir pada bagian posterior sisi lainnya. (Megananda, 2018)

**g. Waktu menyikat gigi**

Banyak dokter gigi yang menyarankan untuk selalu menyikat gigi sebelum tidur. Hal ini dikarenakan waktu tidur, air ludah berkurang sehingga asam yang dihasilkan oleh plak akan menjadi pekat dan kemampuan merusak gigi tentunya akan menjadi lebih besar.

Gigi juga harus disikat waktu pagi hari, boleh sebelum atau sesudah sarapan pagi. Hal ini tergantung anda sarapan pagi. Idealnya, sarapan pagi dilakukan sebelum beraktifitas dan dilanjutkan dengan menggosok gigi. Sehingga kondisi mulut tetap bersih sampai makan siang.

Apabila anda terlambat sarapan atau bahkan tidak sarapan sama sekali, sebaiknya anda tetap menggosok gigi setelah bangun tidur, karena, walaupun sebelum tidur anda sudah menggosok gigi dengan bersih, plak akan mulai terbentuk lagi selama anda tidur malam. Plak memang trus terbentuk setelah menggosok gigi. Oleh karena itu, rutinitas menggosok gigi harus anda lakukan setiap hari agar plak yang terbentuk tidak bertambah tebal. (Kusumawardani, 2011)

**h. Manfaat menyikat gigi**

- 1) Mulut bersih

- 2) menurunkan penyakit gigi dan gusi
- 3) Mencegah gigi berlubang
- 4) Membersihkan gigi dari sisa makanan (Pramesti, 2019)

**i. Kebiasaan menyikat gigi yang salah**

- 1) Terlalu kuat dan sering dalam menyikat gigi
- 2) Salah dalam pemilihan sikat gigi
- 3) Teknik menyikat gigi yang salah
- 4) Frekuensi menyikat gigi yang salah
- 5) Waktu menyikat gigi yang salah (Quamila, 2019)

**4. Usia**

Usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. (Hanifah, 2010)

**a. Usia sekolah dasar (7-12 tahun)**

Pada usia 7-12 tahun terjadi perbaikan perkembangan koordinasi tubuh, ketahanan tubuh bertambah, anak laki-laki cenderung menyukai aktivitas yang ada kontak fisik seperti berkelahi dan bergulat, koordinasi mata dan tangan lebih baik, sistem peredaran darah masih belum kuat, koordinasi otot dan syaraf masih kurang baik, dari segi psikologi anak perempuan lebih maju satu tahun dari lelaki. (Modul PPG 2019)

Pada masa ini, anak sudah mampu untuk menyikat gigi dan melakukannya bersamaan pada saat mandi pagi dan sore. Namun belum dilaksanakan dengan cara yang baik dan benar, seperti : teknik menyikat gigi yang masih salah, frekuensi menyikat gigi yang salah, waktu menyikat yang salah dan kebiasaan menyikat gigi yang salah. (Yusiana, Prawesti 2017)