

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Pustaka

##### 1. Perilaku

Perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme atau makhluk yang bersangkutan. Segi biologis semua makhluk hidup termasuk binatang dan manusia, mempunyai aktivitas masing-masing (Notoatmojo 2010). Perilaku kesehatan adalah suatu proses seseorang (organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, serta lingkungan.

Perilaku kesehatan (*health behavior*) berdasarkan klasifikasi perilaku yang berhubungan (*health related behavior*) merupakan perilaku yang berkaitan dengan tindakan atau kegiatan seseorang dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Termasuk juga tindakan untuk mencegah penyakit, kebersihan perorangan, memilih makanan, sanitasi, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku pada manusia yaitu faktor internal yakni tingkat kecerdasan, tingkat emosional, jenis kelamin dan sebagainya sedangkan faktor eksternal berupa lingkungan baik itu lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi, politik dan lain sebagainya. Faktor lingkungan ini sering menjadi faktor dominan yang mewarnai perilaku seseorang (Notoatmojo, 2010).

## 2. Menyikat Gigi

Menyikat gigi menjadi cara paling efektif untuk menghilangkan penyebab dari berbagai masalah kesehatan gigi jika dilakukan dengan benar. Menyikat gigi berfungsi menghilangkan sisa makanan yang menempel di gigi sehingga tidak menimbulkan penumpukan sisa makanan. Menyikat gigi adalah rutinitas yang penting dalam menjaga dan memelihara kesehatan gigi dari bakteri dan sisa makanan yang melekat dengan menggunakan sikat gigi. Menyikat gigi merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk menjaga agar gigi tetap dalam keadaan yang bersih dan sehat (Sukasi, 2019).

Frekuensi menyikat gigi Menurut Irmayuning (2019), sebaiknya menyikat gigi dua kali sehari, yaitu setiap setelah makan pagi dan malam sebelum tidur. Menyikat gigi dianjurkan dua sampai lima menit dengan cara sistimatis supaya tidak ada gigi yang terlampaui yaitu dari posterior ke anterior dan berakhir pada posterior sisi lain.

Waktu menyikat gigi yang benar adalah dua kali sehari yakni pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Idialnya tiga kali sehari sesudah makan dan sebelum tidur, tetapi dalam prakteknya tidak selalu dapat dilakukan, terutama bila siang berada di kantor atau di sekolah (Be, 1987).

Keberhasilan menggosok gigi juga dipengaruhi oleh teknik menyikat gigi yaitu teknik *Vertical*, *Horizontal*, *Sirkular*, *Charter*, *Stillman-McCall*, *Bass*, dan fisiologi teknik menyikat gigi juga terdiri

dari teknik menyikat gigi secara kombinasi yaitu teknik dengan menggabungkan teknik *horizontal* (kiri – kanan), *vertikal* (atas bawah) dan *fones* (sirkular) (Keloaye dkk, 2019).

Teknik *Horizontal* merupakan yaitu permukaan bukal dan lingual disikat dengan gerakan ke depan dan belakang. Penyikat permukaan oklusal dengan gerakan horizontal. Teknik *Vertical* merupakan metode vertical 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. Teknik ini biasanya dianjurkan pada anak-anak dan gerakannya dalam arah horizontal pada permukaan oklusal gigi. Teknik *Fones (sirkuler)* adalah teknik yang gerakan menyikat secara memutar pada arah gingiva dan permukaan gigi (Putri dkk,2017).

Kegiatan menyikat gigi yang benar membutuhkan sikat gigi ideal sebagai penunjang agar memudahkan kegiatan menyikat gigi. Ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam memilih sikat gigi yang tepat yaitu memilih bulu sikat yang soft karena semakin keras bulu sikat maka semakin besar pula kemungkinan sikat tersebut menyebabkan resesi gingiva (gusi turun), kepala sikat gigi yang berukuran kecil karena bisa menjangkau seluruh bagian gigi dengan baik termasuk gigi yang paling belakang, sikat gigi yang fit atau pas dengan mulut kamu serta terasa nyaman saat digunakan. Selain itu, sikat gigi tersebut harus bisa menjangkau semua gigi yang ada di mulut, termasuk gigi paling

belakang, gagang sikat tidak licin agar sikat gigi tetap bisa digunakan dengan baik walaupun dalam keadaan basah (Chalimah, 2020).

### **3. Perilaku Menyikat Gigi**

Menurut Sihite (2011), perilaku menyikat gigi dipengaruhi oleh:

a). Cara menyikat gigi, b). Frekwensi menyikat gigi, c). Waktu menyikat gigi, d). Alat dan Bahan menyikat gigi.

Menurut Notoatmodjo dalam Sihite, (2011), menjelaskan bahwa penyebab timbulnya masalah kesehatan gigi dan mulut pada masyarakat salah satunya faktor perilaku atau sikap mengabaikan kebersihan gigi dan mulut. Hal tersebut dilandasi oleh kurangnya pengetahuan akan pentingnya pemeliharaan gigi dan mulut. Anak-anak masih tergantung pada orang dewasa dalam hal menjaga kebersihan gigi karena kurangnya pengetahuan anak mengenai kesehatan gigi dibanding orang dewasa. Perilaku kesehatan gigi positif misalnya, kebiasaan menyikat gigi sebaliknya perilaku negatife misalnya, tidak menyikat gigi.

Penyebab timbulnya masalah kesehatan gigi dan mulut pada masyarakat salah satunya factor perilaku atau sikap mengabaikan kebersihan gigi dan mulut. Hal tersebut dilandasi oleh kurangnya pengetahuan akan pentingnya pemeliharaan gigi dan mulut. Anak-anak masih tergantung pada orang dewasa dalam hal menjaga kebersihan gigi karena kurangnya pengetahuan anak mengenai kesehatan gigi disbanding orang dewasa (irmiayuning, 2019).

Perilaku kesehatan gigi yang baik yaitu menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam dengan durasi waktu  $2 > 5$  menit, namun masyarakat umum menyikat gigi rata-rata 1 atau 2 menit. Menyikat gigi yang tidak teratur akan mengakibatkan kesehatan gigi dan mulut akan menurun sehingga akan banyak penumpukan plak (gonsalves, 2019).

Menyikat gigi terlalu cepat juga tidak akan membersihkan gigi dengan sempurna, namun terlalu lama dapat berdampak buruk kepada kesehatan gigi dan gusi/ jenis sikat gigi yang digunakan juga penting. Sikat gigi diganti jika bulu sikat sudah tidak lurus (Irmiauning, 2019).

## **B. Landasan Teori**

Menyikat gigi merupakan cara untuk mencegah terjadinya kerusakan gigi jika dilakukan dengan benar. Semua permukaan gigi harus disikat hingga bersih sehingga sisa makanan yang menumpuk akan hilang dan bakteri tidak berkembang.

Menyikat gigi menjadi cara paling efektif untuk menghilangkan penyebab dari berbagai masalah kesehatan gigi jika dilakukan dengan benar. Menyikat gigi berfungsi menghilangkan sisa makanan yang menempel di gigi sehingga tidak menimbulkan penumpukan sisa makanan. Menyikat gigi adalah rutinitas yang penting dalam menjaga dan memelihara kesehatan gigi dari bakteri dan sisa makanan yang melekat dengan menggunakan sikat gigi. Menyikat gigi merupakan suatu upaya yang

dilakukan untuk menjaga agar gigi tetap dalam keadaan yang bersih dan sehat (Sukasi, 2019).

Anak usia sekolah dasar yang sedang dalam pertumbuhan biasanya akan mengonsumsi segala jenis makanan agar asupan energi yang dibutuhkan sesuai dengan energi yang dikeluarkan. Anak usia sekolah dasar memiliki motivasi yang kurang dalam melakukan perawatan gigi. Apabila sejak awal anak dibiasakan menyikat gigi secara teratur, maka akan mudah mempertahankan kebiasaan tersebut hingga usia dewasa. Waktu menyikat gigi yang tepat adalah sesudah sarapan pagi dan sebelum tidur malam. Rutinitas menyikat gigi harus dilakukan setiap hari sehingga plak yang terbentuk tidak bertambah tebal. Kemampuan menyikat gigi secara baik dan benar merupakan faktor yang cukup penting untuk merawat kesehatan gigi dan mulut.

### **C. Pertanyaan Penelitian**

Dari landasan teori dapat diambil pertanyaan penelitian sebagai berikut: "Bagaimana Gambaran Perilaku Menyikat gigi pada Siswa Sekolah Dasar?"