

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Penyuluhan

a. Pengertian

Penyuluhan kesehatan dalam arti Pendidikan, secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku Pendidikan atau promosi Kesehatan. Penyuluhan Kesehatan juga merupakan suatu kegiatan yang mempunyai masukan(input), proses dan keluaran (output). Kegiatan penyuluhan Kesehatan bertujuan untuk mencapai perubahan sikap, dipengaruhi oleh banyak factor, disamping factor metode petugas yang melakukannya juga alat-alat bantu atau alat peraga serta media yang dipakai, agar mencapai suatu hasil yang optimal maka factor tersebut harus bekerja sama dan harmonis (Notoatmodjo, 2014).

b. Metode penyuluhan

Metode penyuluhan Kesehatan yang paling sering dilakukan yaitu:

1) Ceramah

Metode ceramah dapat digunakan pada sasaran yang berendidikan tinggi maupun rendah, dalam menggunakan metode ceramah akan berhasil apabila penceramah menguasai materi yang akan diceramahkan, maka penceramah harus mempersiapkan diri dengan

mempelajari materi dengan sistematika baik dan mempersiapkan alat-alat bantu, misalnya makalah singkat, slide, dan lainnya (Notoatmodjo, 2014)

2) Demonstrasi

Demonstrasi adalah suatu cara penyajian pengertian ide yang dipersiapkan dengan teliti untuk memperlihatkan bagaimana cara melakukan suatu prosedur. Cara penyajian ini disertai dengan penjelasan lisan atau menggunakan alat peraga dan tanya jawab (Tauchid, 2014).

3) Simulasi

Simulasi adalah suatu metode untuk menyiapkan situasi yang nyata dalam kelas yaitu peserta melakukan suatu kegiatan dalam keadaan yang mirip dengan keadaan sesungguhnya (Tauchid, 2014).

4) Bermain peran

Bermain peran adalah bentuk sederhana penyuluhan yang pesertanya memerankan suatu tokoh tertentu dan berbuat seperti kenyataan, oleh karena itu tidak ada skenario, mereka terpaksa berbuat sesuai dengan pendapatnya. (Tauchid, 2014). Metode bermain peran ini beberapa anggota kelompok ditunjuk sebagai pemegang peran tertentu untuk memainkan peran misalnya, sebagai dokter, sebagai perawat, sedangkan anggota lainnya sebagai pasien atau masyarakat (Notoatmodjo, 2014)

5) Curah pendapat

Metode ini merupakan modifikasi metode diskusi kelompok. Prinsipnya sama dengan metode diskusi kelompok, bedanya pada permulaan pemimpin kelompok memancing dengan satu masalah kemudian tiap peserta memberikan jawaban atau tanggapan. Tanggapan ditampung dengan ditulis pada papan tulis atau flipchart, sebelumnya tidak boleh diberi komentar apapun oleh siapa saja, baru setelah semua memberikan komentar, maka tiap anggota dapat mengomentari dan akhirnya terjadilah diskusi (Tauchid, 2014).

2. Menyikat gigi

a. Pengertian

Menyikat gigi merupakan salah satu usaha untuk mencegah terjadinya kerusakan pada gigi dengan tujuan untuk membersihkan plak dan semua sisa makanan dari permukaan gigi serta memijat gingiva (Wijaya, 2016). Menyikat gigi adalah cara yang umum dianjurkan untuk membersihkan berbagai kotoran yang melekat pada permukaan gigi dan gusi. Lama menggosok gigi tidak ditentukan, tetapi biasanya dianjurkan maksimal 5 menit (minimal 2 menit), yang penting dilakukan secara sistematis supaya tidak ada bagian-bagian yang terlampaui. Cara yang dianjurkan mulai dari posterior ke anterior pada sisi-sisi rahang bawah dan rahang atas, dan berakhir pada posterior sisi lain (Hidayat and Tandiar, 2016).

b. Tujuan menyikat gigi

Tujuan menyikat gigi yaitu menghilangkan dan mengganggu pembentukan plak, membersihkan gigi dari makanan, debris dan pewarnaan, menstimulus jaringan gingival, serta mengaplikasikan pasta gigi yang berisi suatu bahan khusus yang ditujukan terhadap karies, penyakit periodontal atau sensitivitas (Rahmadhan, 2010)

Adapun yang dipakai untuk menyikat gigi diantaranya yaitu:

1) Sikat gigi

Sikat gigi merupakan salah satu alat fisioterapi oral yang digunakan secara luas untuk membersihkan gigi dan mulut (Putri, 2015). Hal yang harus diperhatikan dalam menyikat gigi yakni kelembutan bulu sikat, ukuran kepala sikat yang memiliki ukuran kecil yang bisa menjangkau seluruh bagian gigi dengan baik termasuk bagian yang sulit dijangkau, model sikat gigi yang baik yaitu sikat yang pas dengan mulut serta terasa nyaman untuk digunakan, serta gagang sikat yang tidak licin agar sikat gigi tetap bisa digunakan dengan baik walaupun dalam keadaan basah (Rahmadhan, 2010). Ukuran kepala sikat gigi yang ideal adalah 35-40 mm, bahkan orang dewasa sebaiknya juga memakai sikat gigi anak, karena ukurannya yang kecil akan membantu menjangkau bagian gigi paling dalam (Kusumawardani, 2011).

2) Pasta gigi

Pasta gigi adalah sejenis pasta yang digunakan untuk membersihkan gigi yang sering disebut dengan odol (Kusumawardani, 2011). Pasta gigi digunakan bersama-sama dengan sikat gigi untuk membersihkan dan menghaluskan permukaan gigi sehingga memberikan rasa nyaman pada rongga mulut (Putri, dkk, 2015). Tips memilih pasta gigi yang baik yaitu pilihlah pasta gigi yang mengandung cukup fluoride yang berfungsi untuk menjaga gigi agar tidak berlubang, pilihlah pasta gigi yang busanya tidak terlalu banyak, hindari makan langsung setelah menyikat gigi karena akan mengakibatkan kadar asam mulut akan turun dan fluoride pun hilang sehingga kuman akan masuk lagi (Kusumawardani, 2011).

c. Metode menyikat gigi

Metode menyikat gigi yang disarankan para ahli untuk menjaga Kesehatan gigi dan mulut agar tetap bersih, diantaranya adalah:

1) Teknik Vertikal

Teknik vertikal dilakukan dengan kedua rahang tertutup, kemudian permukaan bukal disikat dengan gerakan keatas kebawah. Permukaan lingual dan palatinal dilakukan dengan gerakan yang sama dengan mulut terbuka (Putri, 2015).

2) Teknik Horizontal

Metode horizontal dilakukan dengan cara semua permukaan gigi disikat dengan gerakan ke kiri dan ke kanan. Permukaan bukal dan

lingual disikat dengan gerakan ke depan dan ke belakang. Metode horizontal terbukti merupakan cara yang sesuai dengan bentuk anatomis permukaan oklusal. Metode ini lebih dapat masuk ke sulkus interdental dibanding dengan metode lain sederhana sehingga dapat membersihkan plak yang terdapat di sekitar sulkus interdental dan sekitarnya (Haryanti *et al.*, 2014)

3) Teknik Roll

Merupakan cara yang sering dianjurkan karena sederhana tetapi efisien dan dapat digunakan untuk seluruh bagian mulut. Bulu-bulu sikat ditempatkan pada saku gusi sejauh mungkin dari permukaan oklusal dengan ujung-ujung bulu sikat mengarah keapeks dan sisi bulu sikat digerakkan perlahan-lahan. Melalui permukaan gigi sehingga bagian belakang dari kepala sikat bergerak dengan lengkungan. Waktu bulu-bulu sikat melalui mahkota klinis, kedudukannya hampir tegak lurus permukaan email. Gerakan ini diulang sebanyak 8-12 kali setiap daerah dengan sistematis sehingga tidak ada yang terlewat. Cara ini terutama sekali menghasilkan pijatan gusi dan juga diharapkan membersihkan sisa makanan dan daerah interproksimal (Putri, 2015). Metode roll adalah cara menyikat gigi dengan ujung bulu sikat diletakkan dengan posisi mengarah ke akar gigi sehingga sebagian bulu sikat menekan gusi (Oliver, 2019).

4) Teknik Bass

Metode Bass merupakan metode yang efektif untuk menghilangkan plak pada bagian bawah margin gingiva sebagai bagian dari perawatan untuk mengendalikan penyakit periodontal dan karies. Teknik penyikatannya dengan menempatkan bulu sikat pada tepi gingival dengan membentuk sudut 45° terhadap poros panjang gigi dengan tekanan yang disertai getaran, dan ujung bulu sikat ditekan masuk ke sulkus gingiva dan embrassur interproksimal (Utari and Lestari, 2018). Menyikat pada bagian bukal dan labial, tangkai dipegang dalam bentuk horizontal dan sejajar dengan lengkung gigi, untuk permukaan lingual dan palatinal gigi belakang agak menyudut (agak horizontal) dan pada gigi depan, sikat dipegang, vertical (Putri, 2015).

5) Teknik Fones

Bulu-bulu sikat ditempatkan tegak lurus pada permukaan bukal dan labial dengan gigi dalam keadaan oklusi. Sikat digerakkan dalam lingkaran-lingkaran besar sehingga gigi dan gusi rahang atas dan rahang bawah disikat sekaligus. Daerah interproksimal tidak diberi perhatian khusus. Setelah semua permukaan bukal dan labial disikat, mulut dibuka lalu permukaan lingual dan palatinal disikat dengan gerakan yang sama, hanya saja dalam lingkaran yang lebih kecil. Teknik ini dilakukan untuk meniru jalannya makanan

didalam mulut waktu menguyah. Teknik fones dianjurkan untuk anak kecil karena mudah dilakukan (Putri, 2015).

6) Teknik Fisiologik

Teknik ini digunakan sikat gigi dengan bulu-bulu yang lunak. Tangkai sikat gigi dipegang secara horizontal dengan bulu-bulu sikat tegak lurus terhadap permukaan gigi. Teknik ini sukar digunakan pada permukaan lingual dari premolar dan molar rahang bawah sehingga dapat diganti dengan gerakan getaran dalam lingkaran kecil (Putri, 2015).

7) Teknik Charters

Metode menyikat gigi Charter lebih efektif dalam membersihkan gigi di daerah servikal pada pemakai ortodonti cekat. Keefektifan metode Charter dalam membersihkan daerah servikal diasumsikan terjadi karena cara menyikat gigi dengan metode Charter yaitu dengan memiringkan sikat gigi ke permukaan oklusal atau insisal gigi dengan sudut 45° , sehingga arah datangnya sikat gigi yaitu dari servikal (Maharani, Rusyanti and Susanto, 2018).

8) Teknik Stillman

Posisi dari bulu- bulu s ikat berlawanan dengan charter's, sikat gigi ditempatkandengansebagianpadagigidan sebagian pada gusi, membentuk sudut 45° terhadap sumbu panjang gigi mengarah ke apikal. Kemudian sikatgigiditekankan sehingga gusi memucatdandilakukan gerakan rotasi kecil tanpa merubah

kedudukan ujung bulu sikat. Penekanan dilakukan dengan cara sedikit demi sedikit menekukbulu-bulu sikat tanpa mengakibatkan infeksi atau trauma terhadap gusi. Bulu-bulu sikat dapat ditekuk ketiga jurusan, tetapi ujung-ujung bulu sikat harus tetap pada tempatnya (Listrianah, 2017)

d. Waktu menyikat gigi

Waktu menyikat gigi yang tepat ialah sesudah makan dan hendak tidur, karena pada waktu tidur, air ludah berkurang sehingga asam yang dihasilkan oleh plak akan menjadi lebih pekat dan dapat merusak gigi, untuk mengurangi kepekatan dari plak harus dihilangkan (Rahmadhan, 2010).Menyikat gigi terlalu cepat tidak akan efektif dalam membersihkan plak. Menyikat gigi yang tepat paling tidak membutuhkan waktu minimal 2-3 menit (Rahmadhan, 2010).

3. Pengetahuan

a. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan terjadi setelah sorang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap obyek terjadi melalui panca indra manusia yakni melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pengetahuan manusia sebagian besar dieproleh melalui mata dan telinga (Wawan, 2010).

Pengetahuan bisa diperoleh secara alami maupun secara terencana, yaitu melalui proses pendidikan. Pengetahuan merupakan

ranah yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan, pengetahuan merupakan ranah kognitif yang mempunyai tingkat, yaitu:

1) Tahu (*know*)

Tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah, misalnya mengingat kembali suatu objek atau rangsangan tertentu. Contohnya, gigi putih bersih berkat iklan pasta gigi tertentu (Budiharto, 2010).

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami adalah kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui (Budiharto, 2010). Memahami objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui (Notoatmodjo, 2010)

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi yaitu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya (Budiharto, 2010). Aplikasi juga diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain (Notoatmodjo, 2010).

4) Analisis (*analysis*)

Analisis yaitu mampu untuk menjabarkan suatu materi atau objek kedalam komponen-komponen, namun masih didalam struktur organisasi tersebut (Budiharto, 2010). Indikasi seseorang sudah

mencapai pada tingkat analisis adalah apabila orang tersebut telah dapat membedakan, atau memisahkan, mengelompokkan, objek tersebut (Notoatmodjo, 2010).

5) Sintesis (*sythesis*)

Sintetis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki (Notoatmodjo, 2010).

Sintesis yaitu kemampuan untuk menggabungkan suatu bagian-bagian kedalam suatu bentuk tertentu yang baru (Budiharto, 2010)

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2010). Evaluasi sebagai kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu obojek tertentu (Budiharto, 2010).

b. Pengukuran pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoatmodjo, 2018). Data yang didapat bisa bersifat kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif disajikan dalam bentuk kalimat, sedangkan data kuantitatif disajikan dalam bentuk angka. Hasil pengukuran selanjutnya dibandingkan,

dijumlahkan dan mendapat hasil dalam bentuk persentase. Setelah mendapat hasil persentasi, maka data ditafsirkan dalam bentuk kalimat:

- 1) Kategori baik : sasaran dapat menjawab pertanyaan benar sebesar 76% - 100%.
- 2) Kategori cukup : sasaran dapat menjawab pertanyaan benar sebesar 56% - 75%.
- 3) Kategori kurang : sasaran dapat menjawab pertanyaan benar sebesar <56%.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

1) Faktor Internal

a) Pendidikan

Pendidikan merupakan bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan dalam mencapai keselamatan dan kebahagiaan, pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah dalam menerima informasi (Wawan, 2010).

b) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan sesuatu yang harus dilakukan untuk menunjang kehidupan, pekerjaan bukanlah sumber dari kesenangan tetapi merupakan cara mencari nafkah yang

mempunyai tantangan lebih banyak (Wawan, 2010).

c) Umur

Usia merupakan umur seseorang yang dihitung saat seseorang dilahirkan sampai ia berulang tahun, semakin cukup umur seseorang maka semakin matang dalam berfikir dan bekerja, seseorang yang lebih dewasa mempunyai tingkat kepercayaan yang lebih (Wawan, 2010).

2) Faktor eksternal

a. Faktor lingkungan

Seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan perilaku seseorang atau kelompok (Wawan, 2010).

b. Sosial budaya

System sosial budaya pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi (Wawan, 2010).

4. Kesehatan gigi dan mulut

Kesehatan gigi dan mulut adalah keadaan sehat dari jaringan keras dan jaringan lunak gigi serta unsur-unsur yang berhubungan dengan rongga mulut yang memungkinkan individu makan, berbicara dan berinteraksi social tanpa disfungsi, gangguan estetik dan ketidaknyamanan karena adanya penyakit, penyimpangan oklusi dan kehilangan gigi sehingga mampu hidup produktif secara social dan ekonomi (Kementrian Kesehatan RI, 2019)

Menjaga kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan dengan beberapa cara di antaranya adalah: menyikat gigi, flossing dengan benang gigi, pola makan yang sehat, dan kunjungan rutin kedokter gigi (Rahmadhan, 2010)

a) Menyikat gigi

Menyikat gigi dengan baik dapat dilakukan dengan gerakan yang pendek dan lembut serta dengan tekanan yang ringan. Pusatkan konsentrasi pada daerah tempat plak biasa menumpuk, yaitu di tepi gusi (perbatasan gigi dan gusi), permukaan kunyah gigi dimana banyak terdapat *fissure* atau celah-celah yang sangat kecil, di sekitar tambalan gigi, dan gigi bagian belakang. Teknik menyikat gigi yang paling populer dan sangat efektif untuk membuang plak pada tepi gusi dan dibawah gusi sering disebut dengan teknik “modifikasi Bass”. Teknik ini biasanya hanya dipakai oleh orang dewasa dan bukan pada anak-anak karena memerlukan sedikit keterampilan (Rahmadhan, 2010).

b) Flossing

Dental floss atau benang gigi merupakan alat bantu untuk membersihkan sela-sela gigi dan dibawah gusi. Daerah sela gigi merupakan daerah yang agak sulit dijangkau oleh sikat gigi, sehingga plak akan bertumpuk pada bagian tersebut. (Rahmadhan, 2010). Dental floss sangat penting bagi kesehatan gigi karena alat ini membantu membersihkan sisa-sisa makanan yang terselip dan sulit dijangkau oleh sikat gigi, seseorang yang tidak peduli dengan sisa makanan yang tertinggal akan membuat pertumbuhan bakteri dalam mulut lebih cepat,

akibatnya, seseorang akan mengalami sakit di bagian gusi dan bau mulut yang tidak sedap. Penyakit umum yang berkenaan dengan gigi dan mulut dapat dicegah dengan menyikat dan membersihkan gigi dengan dental floss (Margareta, 2012).

c) Pola makan

Gigi dan mulut tidak terlepas dari makanan dan minuman yang mempunyai pengaruh terhadap kesehatan gigi dan mulut seseorang. Pola makan yang sehat perlu diterapkan untuk menjaga dan memelihara kesehatan tubuh termasuk kesehatan gigi dan mulut. Asupan gizi pada tubuh harus dapat diperhatikan dengan 4 sehat 5 sempurna. Sayur-sayuran dan buah-buahan merupakan sumber vitamin dan mineral serta serat mutlak yang harus ada pada menu makan setiap harinya, selain tentunya asupan karbohidrat dari makanan pokok dan protein dari lauk-pauk. Susu juga dianjurkan untuk dikonsumsi yang dapat melengkapi kebutuhan gizi dan nutrisi tubuh.

Orang yang menjalani diet sehat dan berperilaku hidup sehat akan mengalami penurunan masalah gigi, karena mengonsumsi gula pada tubuh dikurangi dan lebih banyak mengonsumsi bahan atau makanan dengan pemanis alami seperti buah-buahan yang sangat baik bagi tubuh maupun kesehatan gigi dan mulut. Mengonsumsi buah-buahan seperti apel, apel secara tidak langsung akan membantu membersihkan gigi secara alami bisa diibaratkan kita menggosok gigi (Kusumawardani, 2011).

d) Kunjungan rutin ke dokter gigi

Mengunjungi dokter gigi setiap 6 bulan sekali bertujuan sebagai tindakan pencegahan. Mencegah kerusakan gigi, penyakit gusi, dan kelainan-kelainan yang beresiko bagi kesehatan gigi dan mulut. Kunjungan yang rutin dilakukan, dokter gigi akan memeriksa semua gigi, kondisi gusi dan rongga mulut untuk mencari tanda-tanda penyakit ataupun masalah lainnya (Rahmadhan, 2010). Pemeriksaan yang dilakukan secara rutin 6 bulan sekali bertujuan sebagai tindakan pencegahan. Mencegah kerusakan gigi, penyakit gusi dan kelainan lain yang beresiko bagi Kesehatan gigi dan mulut (Margareta, 2012).

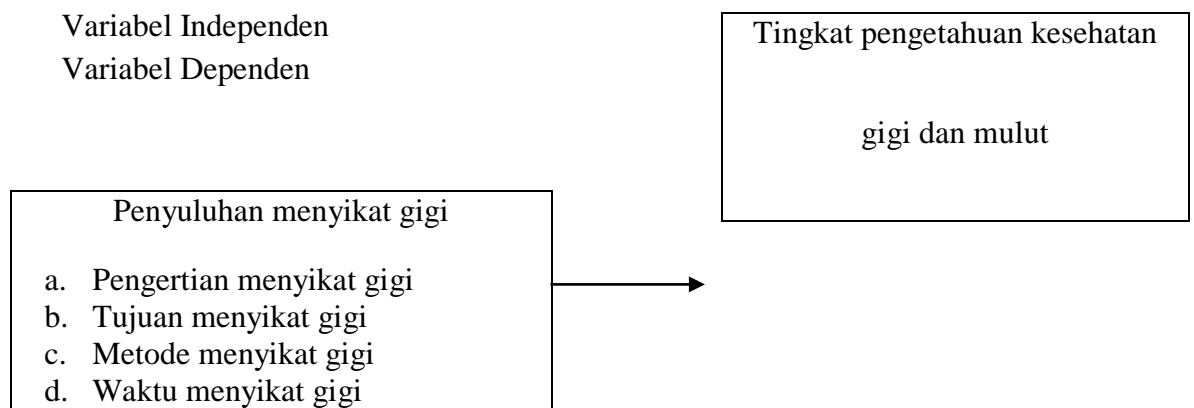
B. Landasan Teori

Penyuluhan kesehatan adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku Pendidikan atau promosi Kesehatan. Menyikat gigi adalah cara yang umum dianjurkan untuk membersihkan berbagai kotoran yang melekat pada permukaan gigi dan gusi. Tujuannya yakni untuk menghilangkan dan mengganggu pembentukan plak. Teknik atau metode menyikat gigi terdiri dari Teknik horizontal, vertical, roll, bass, font, fisiologik, charter, dan Teknik stillman. Menyikat gigi setelah makan bertujuan untuk mengangkat sisa-sisa makanan yang menempel di permukaan ataupun di sela-sela gigi dan gusi, sedangkan menyikat gigi sebelum tidur berguna untuk menahan perkembangbiakan bakteri dalam mulut karena dalam keadaan tidur tidak diproduksi ludah yang berfungsi

membersihkan gigi dan mulut. Menyikat gigi yang tepat paling tidak membutuhkan waktu minimal 2-3 menit.

C. Kerangka Konsep

Gambar 1. Kerangka konsep



D. Hipotesis

Berdasarkan teori yang diuraikan maka dapat dirumuskan Hipotesa bahwa ada pengaruh penyuluhan menyikat gigi terhadap tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut guru penjaskes SD di Kota Padang Panjang.