

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Telaah Pustaka**

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

Perilaku merupakan hasil dari pada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam diri (Sukarman dkk, 2020). Perilaku secara lebih rasional dapat diartikan sebagai respon organisme atau seseorang terhadap rangsangan dari luar subyek tersebut. Respon ini terbentuk dua macam yakni bentuk pasif dan bentuk aktif dimana bentuk pasif adalah respon internal yaitu yang terjadi dalam diri manusia dan tidak secara langsung dapat dilihat dari orang lain sedangkan bentuk aktif yaitu apabila perilaku itu dapat diobservasi secara langsung (Irwan, 2020). Perilaku manusia dapat diartikan sebagai suatu aktivitas yang sangat kompleks sifatnya, antara lain perilaku dalam berbicara, berpakaian, berjalan, persepsi, emosi, pikiran dan motivasi (Martina, 2021).

Berdasarkan teori dari Green (1984) dalam (Nuraisyah dkk, 2020) faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan diantaranya faktor perilaku (*behavior cause*) dan faktor di luar perilaku (*non-behavior causes*). Klasifikasi perilaku kesehatan dibagi menjadi tiga yaitu: a. Perilaku pemeliharaan kesehatan. Perilaku ini merupakan upaya dalam

meningkatkan dan memelihara kesehatan individu untuk mencegah terjadinya penyakit. b. Perilaku pencarian pengobatan. Perilaku ini merupakan perilaku yang terjadi ketika individu menderita suatu penyakit yang tujuannya melakukan pengobatan penyakit yang diderita pasien. c. Perilaku kesehatan lingkungan. Perilaku ini merupakan upaya individu dalam menjaga kesehatan lingkungannya baik dalam pengelolaan sanitasi maupun pengelolaan limbah dan tindakan menjaga kesehatan terhadap lingkungan

Kesehatan gigi dan mulut sangat erat hubungannya dengan perilaku. Perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut yang baik sangat berperan dalam menentukan derajat kesehatan dari masing-masing individu. Perilaku kesehatan meliputi pengetahuan, sikap dan tindakan yang berkaitan dengan konsep sehat dan sakit gigi serta upaya pencegahannya. (Ardana, 2022). Perilaku kesehatan gigi yang baik akan meningkatkan derajat kesehatan gigi dan mencegah terjadinya penyakit gigi dan mulut (Hagman dkk, 2021).

## **2. Perilaku Menyikat Gigi**

Perilaku menyikat gigi merupakan perilaku kesehatan yang sangat penting dan efektif untuk pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dengan mencegah penumpukan plak pada gigi. Faktor-faktor perilaku atau tindakan yang mengabaikan kebersihan gigi dan mulut adalah salah satu faktor penyebab masalah kesehatan gigi karena kurangnya pengetahuan tentang pentingnya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut (Fatimawati

dkk, 2022). Menyikat gigi merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk membersihkan gigi dari sisa makanan. menyikat gigi sebaiknya dilakukan dengan baik dan benar (Tonglo dkk, 2020). Kebiasaan ini dapat mencegah berbagai masalah kesehatan mulut, seperti penumpukan sisa makanan, pembentukan plak, hingga timbulnya karies gigi. Pentingnya menjaga kebersihan mulut tidak hanya berkaitan dengan kesehatan gigi semata, tetapi juga berdampak pada kesehatan tubuh secara keseluruhan (Rosmawati, 2022). Novena (2022) menjelaskan bahwa terdapat tiga faktor yang menentukan benar atau tidaknya cara menyikat gigi seseorang, yaitu bentuk sikat gigi, waktu menyikat gigi, dan cara menyikat gigi.

a. Sikat gigi

Sikat gigi adalah merupakan salah satu alat yang digunakan secara luas untuk membersihkan gigi. Di pasaran dapat ditemukan beberapa macam sikat gigi baik manual maupun elektrik dengan berbagai ukuran dan bentuk. Bulu sikat terbuat dari berbagai macam bahan, tekstur, panjang dan kepadatan. Menyikat gigi adalah suatu cara yang dapat dilakukan sendiri dan cukup efektif untuk membersihkan rongga mulut. Dalam memelihara kebersihan mulut yang penting adalah teknik menyikat gigi yang tepat, teratur dan pemilihan pasta gigi dengan tepat, juga pemilihan sikat gigi (Halimah, 2023). Syarat sikat gigi yang ideal mencakup, 1) Tangkai yang mudah dipegang, lurus, kecil, dan stabil. 2) Kepala sikat yang kecil sehingga mudah digunakan pada seluruh jenis mulut. 3) Tekstur bulu sikat tidak

merusak jaringan lunak maupun jaringan keras. 4) Panjang bulu sikat gigi sekitar 1 cm. 5) Mudah dibersihkan, oleh sebab itu dianjurkan untuk menyimpan sikat gigi pada tempat tertutup dan rutin mengganti sikat gigi setiap 3 bulan sekali atau jika bulu sikat sudah mulai rusak (Sulastri dkk, 2022). Tujuan menyikat gigi adalah untuk membersihkan gigi dan mulut dari sisa makanan yang menempel dan tertinggal dalam gigi, agar sisa makanan tidak berlangsung lama dan kerusakan gigi dapat terhindar (Husnia, 2021).

b. Waktu menyikat gigi

Frekuensi menyikat gigi yang baik dilakukan minimal dua kali sehari. Menyikat gigi dianjurkan dilakukan pada saat pagi setelah sarapan, apabila tidak terbiasa untuk sarapan, menyikat gigi bisa dilakukan saat bangun tidur, dan menyikat gigi dilakukan sebelum tidur malam. Namun, disarankan untuk menyikat gigi 15 - 20 menit setelah makan, karena menyikat gigi segera setelah makan justru dapat merusak lapisan gigi (Imamah dkk, 2022). Lamanya menyikat gigi dianjurkan minimal selama 5 menit, tetapi pada umumnya orang-orang melakukan penyikatan gigi maksimal 2 menit (Almujadi dkk, 2023).

c. Teknik menyikat gigi

Menjaga kebersihan gigi dan mulut dapat dilakukan dengan cara menyikat gigi yang baik dan benar. Salah satu keterampilan dalam menyikat gigi untuk mencapai kebersihan gigi dan mulut yang

cukup penting adalah tehnik menyikat gigi. Teknik menyikat gigi yang tidak tepat membuat sisa makanan dan plak tidak terangkat sempurna dari permukaan gigi. Plak yang tertinggal akan menjadi tempat berkembang biaknya bakteri penyebab karies (Febriani, 2025).

Menurut (Saputri dkk, 2022) teknik menyikat gigi terdiri dari teknik menyikat gigi secara kombinasi yaitu: 1) Teknik dengan menggabungkan teknik horizontal (kiri-kanan), teknik horizontal adalah teknik menyikat gigi dengan arah horizontal ke kiri dan ke kanan. 2) Teknik Vertikal (atas-bawah), teknik secara vertikal adalah teknik menyikat gigi dengan gerakan vertikal dimulai pada rahang atas dimana gerakan menyikatnya dari atas ke bawah kemudian keatas kembali. 3) Teknik Sirkular (memutar), teknik sirkular adalah teknik yang gerakan menyikat secara memutar pada arah gingiva dan permukaan gigi.

### **3. Plak Gigi**

#### **a. Definisi plak**

Plak merupakan deposit lunak yang melekat erat pada permukaan gigi, terdiri atas mikroorganisme yang berkembang biak pada suatu matrik interseluler bila seseorang melalaikan kebersihan gigi dan mulutnya. Usaha pengendalian plak dapat dilakukan secara mekanis dan kimiawi, salah satu usaha pengendalian plak secara mekanis dapat dilakukan dengan penyikatan gigi sedangkan pengendalian secara kimiawi yaitu menggunakan bahan kimia yang bersifat antibakteria seperti pasta gigi, dan obat kumur. Plak yang

dibiarkan akan memicu terjadinya karies dan karang gigi yang bersifat lebih keras. Kontrol plak dapat dilakukan dengan kombinasi metode mekanik dan kimia, dengan mengunyah buah yang berserat dan segar. Buah makanan yang baik untuk kesehatan gigi dan mulut serta bisa berfungsi pembersih alami pada gigi (Setiani, 2021).

b. Mekanisme pembentukan plak

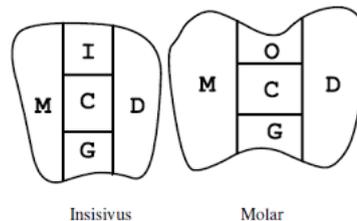
Pembentukan plak gigi tidak dapat dihindari, karena plak gigi terbentuk kembali setiap satu jam setelah gigi dibersihkan. Memelihara kebersihan gigi dan mulut secara rutin dapat mengurangi penumpukan plak gigi (Sholiha dkk, 2021). Menurut Kasuma (2016) plak terbentuk melalui empat proses yaitu: 1) *Initial adherence*, pada fase ini pelikel terbentuk dan menyebabkan perletakan sehingga bakteri mulai melekat pada permukaan gigi ditandai dengan terbentuknya plak supragingival dimulai dengan *acquired pellicle* yang terbentuk dari penumpukan saliva pada permukaan gigi. Pembentukan ini dimulai 1 jam setelah proses pembersihan gigi. 2) *Lag phase*, Pada fase ini terjadi perubahan ekspresi genetik dan pertumbuhan bakteri membentuk koloni yang mensekresi *substansi polimer ekstraseluler* (EPS) untuk membentuk biofilm. EPS mengandung enzim anti-mikroba yang akan melindungi biofilm dari stimulus lingkungan. 3) *Rapid growth*, Pada tahap ini bakteri berkembang dengan cepat dan mensekresikan polisakarida ekstraseluler yang akan membentuk matriks pada biofilm. 4) *Steady*

*state/ detachment*, Pada fase ini pertumbuhan bakteri akan melambat atau statis ditandai dengan bakteri pada biofilm memperlihatkan tanda kematian yaitu hancurnya sel bakteri dan sel lain yang tidak mengandung sitoplasma. Bakteri yang berada di dekat permukaan akan tetap utuh dan kehilangan perlekatan pada bagian permukaan sehingga akan bermigrasi membentuk koloni biofilm baru. fase ini plak mulai “berperilaku” sebagai organisme kompleks. Biofilm akan matang dalam waktu 24-72 jam, tergantung pada spesies bakteri dan kondisi rongga mulut, asupan makanan, serat imunitas tubuh.

c. Skor plak

Pengukuran kebersihan gigi dan mulut merupakan suatu usaha untuk menentukan keadaan kebersihan gigi dan mulut seseorang. Umumnya dalam mengukur kebersihan gigi dan mulut dapat menggunakan suatu indeks. Indeks adalah suatu angka yang menunjukkan keadaan klinis yang didapat saat dilakukan pemeriksaan dengan cara mengukur luas permukaan yang ditutupi oleh plak (Marzouk dkk, 2022). Salah satu indeks untuk mengukur kebersihan gigi dan mulut yaitu Indeks *Personal Hygiene Performance* (PHP). Podshadley dan Haley memperkenalkan indeks plak ini pada tahun 1968. Podshadley dan Haley (1968) dalam (Tambun dkk, 2020) menjelaskan bagaimana cara pemeriksaan indeks plak *Personal Hygiene Performance* (PHP) sebagai berikut:

- 1) Gunakan *disclosing solution* berwarna merah untuk memeriksa plak pada permukaan gigi.
- 2) Lakukan pemeriksaan mahkota gigi pada bagian fasial atau lingual dengan membagi tiap permukaan mahkota menjadi lima bagian, yaitu D (distal), G (sepertiga tengah gingiva), M (mesial), C (sepertiga tengah), I/O (sepertiga tengah insisal atau oklusal).
- 3) Pemeriksaan secara sistematis:
  - a) Permukaan labial gigi incisivus satu kanan atas.
  - b) Permukaan labial gigi incisivus satu kiri bawah.
  - c) Permukaan bukal gigi molar satu kanan atas.
  - d) Permukaan bukal gigi molar satu kiri atas.
  - e) Permukaan lingual gigi molar satu kiri bawah.
  - f) Permukaan lingual gigi molar satu kanan bawah.



Gambar 1. Pembagian Subdivisi  
Pemeriksaan Indeks PHP

- 4) Cara penilaian plak: Apabila terdapat plak diberi skor 1, jika tidak terdapat plak diberi skor 0.
- 5) Rumus untuk menentukan indeks plak *Personal Hygiene Performance* (PHP) digunakan rumus jumlah total skor plak seluruh permukaan gigi yang diperiksa dibagi dengan jumlah gigi yang diperiksa.

## 6) Kriteria penilaian

Tabel 1. Kriteria *Personal Hygiene Performance* (PHP)

Kriteria	Skor
Sangat baik	0
Baik	0,1 – 1,7
Sedang	1,8 – 3,4
Buruk	3,5 - 5

4. **Pembinaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK)**

PKK adalah organisasi masyarakat desa yang dapat bekerja sama dengan penduduk desa dalam proyek pembangunan dan berpartisipasi dalam inisiatif pembangunan desa. PKK merupakan gerakan yang bermula dari *bottom up*, dimana perempuan berperan sebagai pemimpin dalam mendirikan, memelihara, dan membina rumah tangga untuk menumbuhkan kebahagiaan keluarga sebagai kelompok sosial terkecil (Ramadani, 2020). Peran perempuan dalam pembangunan masyarakat semakin mendapat perhatian dalam berbagai kajian akademik dan kebijakan sosial (Suryani, 2021).

Di Indonesia Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) menjadi salah satu organisasi yang memiliki andil besar dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga dan komunitas melalui berbagai program pemberdayaan. PKK memiliki tujuan utama untuk meningkatkan kualitas hidup keluarga dan masyarakat melalui pendidikan, kesehatan, ekonomi, dan sosial budaya (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2020). Melalui keaktifan dalam PKK, perempuan mendapatkan ruang untuk membangun jaringan sosial, memperluas

pengalaman, serta menemukan ruang untuk aktualisasi diri mereka (Handayani dkk, 2020).

## **B. Landasan Teori**

Perilaku kesehatan adalah tindakan yang dilakukan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut, termasuk semua jaringan yang ada di dalam mulut. Menyikat gigi dengan baik dan benar dapat menghilangkan sisa-sisa makanan yang melekat pada permukaan gigi. Terdapat tiga faktor yang menentukan benar atau tidaknya cara menyikat gigi seseorang, yaitu bentuk sikat gigi, waktu menyikat gigi, dan cara menyikat gigi yaitu dua kali sehari setelah sarapan pagi dan malam sebelum tidur. Perilaku menyikat gigi yang kurang tepat dapat meningkatkan pembentukan plak gigi. Plak gigi adalah lapisan lunak berisi bakteri yang menempel pada permukaan gigi akibat individu tidak menjaga kebersihan gigi dan mulutnya. Plak gigi yang tidak dibersihkan dapat menghasilkan zat asam dari aktivitas bakteri yang mengikis enamel gigi, sehingga berpotensi menyebabkan karies gigi, penyakit gusi, bau mulut, dan kerusakan struktur gigi. Tentu permasalahan tersebut tidak boleh disepelekan terutama pada ibu PKK. Peran ibu PKK sangat penting dalam memberikan edukasi dan pembinaan terkait kebersihan mulut di lingkungan keluarga dan masyarakat. Perilaku menyikat gigi yang baik diharapkan skor plak menjadi baik. Peningkatan perilaku menyikat gigi bertujuan untuk menurunkan skor plak dari buruk menjadi baik.

### **C. Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan penelitian sebagai berikut: “Bagaimana Gambaran Perilaku Menyikat Gigi dan Skor Plak pada Ibu PKK di Dusun Bulan, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta?”