

BAB II

TINJUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Pendidikan Kesehatan

a. Definisi

Dalam bidang kesehatan, pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk upaya promosi kesehatan yang bertujuan meningkatkan kemampuan dan keterampilan masyarakat melalui proses pembelajaran yang dilakukan secara mandiri serta melibatkan masyarakat. Menurut Notoatmodjo dalam Primadevi dan Yuniarti (2021), pendidikan kesehatan merupakan proses pemberian informasi dan pengetahuan terkait kesehatan yang ditujukan kepada individu, kelompok, maupun masyarakat. Kegiatan tersebut bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan sehingga dapat mendorong terbentuknya perubahan sikap dan perilaku yang lebih baik dalam menerapkan pola hidup sehat sehari-hari (Primadevi & Yuniarti, 2021). Pemberian pendidikan kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai berbagai aspek kesehatan sehingga mampu mendorong terbentuknya perubahan perilaku yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari.

b. Tujuan Pendidikan Kesehatan

- 1) Mendorong masyarakat untuk menerapkan dan meningkatkan perilaku hidup yang sehat.

- 2) Membantu individu maupun kelompok dalam menerapkan serta mempertahankan perilaku hidup bersih dan sehat.
- 3) Mendukung pelaksanaan peningkatan, mengembangkan dan menggunakan secara tepat kegiatan kesehatan.

c. Proses Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan pada hakikatnya merupakan proses edukasi yang diarahkan untuk meningkatkan pemahaman serta pengetahuan seseorang dan mendukung terbentuknya perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam pelaksanaannya, proses pendidikan kesehatan mencakup tiga komponen utama, yaitu:

1) Masukan (*input*)

Masukan dalam pendidikan kesehatan berkaitan dengan sasaran atau peserta didik yang menjadi objek pembelajaran. Sasaran tersebut dapat berupa individu, kelompok, maupun masyarakat yang memiliki karakteristik dan latar belakang yang beragam

2) Proses

Proses merupakan tahapan berlangsungnya mekanisme pembelajaran yang memungkinkan terjadinya perubahan kemampuan atau perilaku pada peserta didik. Dalam proses ini terdapat interaksi antara berbagai komponen, seperti peserta didik, pendidik atau fasilitator, metode dan teknik pembelajaran, media atau alat bantu pembelajaran, serta materi yang diberikan.

3) Keluaran (*output*)

Keluaran merupakan hasil yang diperoleh setelah proses pembelajaran berlangsung. Hasil tersebut dapat berupa peningkatan kemampuan, pengetahuan, maupun perubahan perilaku pada individu atau kelompok yang menjadi sasaran pendidikan kesehatan.

Proses pembelajaran dipengaruhi oleh berbagai faktor yang secara umum dapat dikelompokkan ke dalam empat aspek utama, yaitu materi atau bahan pembelajaran, lingkungan, faktor instrumental, serta karakteristik peserta didik. Faktor instrumental terdiri atas perangkat keras (*hardware*) yang mencakup sarana, prasarana, dan media atau alat bantu pembelajaran. Selain itu, terdapat perangkat lunak (*software*) yang meliputi tenaga pendidik atau fasilitator, metode pembelajaran, sistem organisasi, serta berbagai unsur pendukung lainnya.

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pendidikan Kesehatan

Pelaksanaan pendidikan kesehatan perlu mempertimbangkan berbagai faktor yang dapat memengaruhi efektivitas kegiatan. Pertimbangan tersebut diperlukan agar proses pendidikan kesehatan dapat berlangsung secara optimal serta mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan sesuai dengan karakteristik dan sasaran yang dituju (Saputra et al., 2024) :

1) Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kemampuan individu dalam menerima, memahami, dan mengolah informasi. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang ditempuh, semakin besar pula peluang seseorang untuk memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami serta mengembangkan pengetahuan baru yang diperoleh.

2) Tingkat Sosial Ekonomi

Keadaan sosial ekonomi dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kemudahan seseorang dalam memperoleh informasi. Individu yang memiliki kondisi sosial ekonomi relatif lebih baik cenderung mempunyai peluang yang lebih besar untuk mengakses berbagai sumber informasi, termasuk pengetahuan dan informasi mengenai kesehatan.

3) Adat Istiadat

Adat istiadat yang berlaku di masyarakat perlu diperhatikan dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan. Hal ini disebabkan karena masyarakat pada umumnya masih memegang teguh nilai-nilai dan kebiasaan yang berkembang dalam lingkungan sosialnya.

4) Kepercayaan Masyarakat

Kepercayaan masyarakat terhadap penyampai informasi dapat memengaruhi penerimaan pesan kesehatan. Informasi yang disampaikan oleh seseorang yang telah dikenal dan dipercaya oleh masyarakat cenderung lebih mudah diterima.

5) Ketersediaan Waktu di Masyarakat

Waktu pelaksanaan pendidikan kesehatan perlu disesuaikan dengan aktivitas dan kesibukan masyarakat. Pemilihan waktu yang tepat dapat mendukung kehadiran dan partisipasi masyarakat dalam kegiatan penyuluhan kesehatan.

e. Media Pendidikan Kesehatan

1) Media cetak

a) *Booklet*: merupakan salah satu media edukasi yang berbentuk buku berukuran kecil dan ringkas, yang digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan melalui penyajian materi berupa teks, gambar, maupun perpaduan antara keduanya.

b) *Leaflet*: merupakan salah satu media penyampaian informasi dalam bentuk lembaran yang biasanya dilipat dan memuat pesan-pesan kesehatan. Informasi dalam *leaflet* dapat disajikan melalui teks, gambar, maupun kombinasi antara teks dan gambar untuk mempermudah penyampaian pesan kepada sasaran.

- c) *Flyer* (selebaran): merupakan media penyampaian informasi yang memiliki bentuk serupa dengan leaflet, tetapi tidak memiliki bagian yang dilipat.
- d) *Flip chart* (lembar balik): merupakan salah satu media edukasi yang digunakan untuk menyampaikan informasi atau materi kesehatan dalam bentuk beberapa lembar yang disusun secara berurutan. Setiap lembar dapat dibalik secara bergantian sesuai dengan tahapan penyampaian materi.
- e) Poster: merupakan salah satu media komunikasi berbentuk cetak yang digunakan untuk menyampaikan informasi atau pesan kesehatan melalui perpaduan elemen visual yang menarik, sederhana, dan mudah dipahami oleh sasaran. Poster biasanya ditempelkan pada dinding atau ditempatkan di area yang mudah terlihat sehingga informasi yang disampaikan dapat diperhatikan dan dipahami oleh sasaran.
- f) Foto: merupakan media visual yang dapat digunakan untuk menyampaikan suatu informasi sekaligus memperjelas pesan yang ingin disampaikan kepada sasaran, termasuk berbagai informasi yang berkaitan dengan kesehatan.

2) Media Elektronik

- a) Televisi: merupakan media elektronik yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan melalui berbagai

program, seperti sinetron, kuis, forum diskusi, maupun program tanya jawab.

- b) Radio: dapat dimanfaatkan sebagai sarana penyampaian informasi kesehatan melalui program berbentuk obrolan, ceramah, diskusi, maupun tanya jawab.
- c) Slide: merupakan media visual yang digunakan sebagai sarana penyampaian informasi atau pesan secara terstruktur dengan memadukan unsur gambar dan teks agar materi dapat disampaikan dengan lebih jelas dan mudah dipahami.
- d) Film strip: merupakan media audiovisual yang dapat digunakan sebagai sarana penyampaian pesan dan informasi kesehatan kepada sasaran.
- e) Poster Bergerak

Poster Bergerak adalah poster digital yang menyatukan aspek animasi dan pergerakan untuk menghadirkan desain yang awalnya statis, sehingga tampak lebih menarik dibandingkan dengan poster Tradisional. Poster ini memamerkan grafik bergerak, teks yang bergerak, atau video yang dapat ditayangkan pada layar digital di lokasi seperti mal, bandara, atau tempat umum lainnya.

Tujuan utama tetap adalah untuk menyampaikan pesan melalui visual, namun dengan tingkat interaktivitas atau dinamika yang lebih tinggi dibandingkan poster tetap,

sehingga menjadi lebih menarik dan efisien dalam mentransmisikan informasi di zaman digital.

(1) Kelebihan Media Poster bergerak (Ramdani & Rais, 2025)

(a) Lebih Menarik perhatian (*High Attention-Grabbing*)

(b) Meningkatkan pemahaman dan daya ingat (*Memory Retention*)

(c) Lebih Interaktif (*User Engagement tinggi*)

(d) Dapat memuat informasi lebih banyak

(e) Mudah diperbarui

(f) Efektif untuk pendidikan Kesehatan

(2) Kelemahan media poster bergerak (Az' Zahra et al., 2021)

(a) Membutuhkan perangkat (HP, Laptop, TV, atau Proyektor)

(b) Membutuhkan ketrampilan untuk membuatnya

(c) Tidak semua pengguna familiar dengan teknologi

(d) Potensi gangguan atau overstimulasi

(e) Tergantung pada kualitas layer

3) Media Papan

Billboard merupakan media luar ruang yang ditempatkan di lokasi umum dan strategis untuk menyampaikan pesan atau informasi kepada masyarakat, termasuk informasi dan ajakan

yang berkaitan dengan kesehatan. Wahana papan tersebut dapat mencangam amanat yang dinukilkan pada tambunan ayan yang ditempelkan pada bus/taksi.

f. Metode Pendidikan Kesehatan

Metode pendidikan kesehatan ada 4 metode, (Yuliana et al., 2022) yaitu:

1) Metode ceramah

Metode ceramah merupakan teknik pendidikan yang digunakan untuk menyampaikan materi atau informasi secara lisan secara langsung kepada sasaran. Penerapan metode ini dapat dilengkapi dengan kegiatan tanya jawab, sehingga peserta memiliki kesempatan untuk mengajukan pertanyaan, memperoleh penjelasan tambahan, serta meningkatkan pemahaman terhadap materi yang diberikan.

2) Metode demonstrasi

Metode demonstrasi merupakan teknik pembelajaran yang dilakukan dengan memperlihatkan dan mempraktikkan suatu objek, peristiwa, ketentuan, maupun prosedur dalam melakukan suatu kegiatan. Metode demonstrasi dapat dilaksanakan melalui praktik secara langsung maupun dengan memanfaatkan media pembelajaran yang sesuai dengan materi yang disampaikan. Penerapan metode ini dimaksudkan untuk membantu meningkatkan pemahaman siswa melalui pengalaman praktik,

penggunaan alat peraga, serta media visual yang berfungsi memperjelas materi dan informasi yang diberikan.

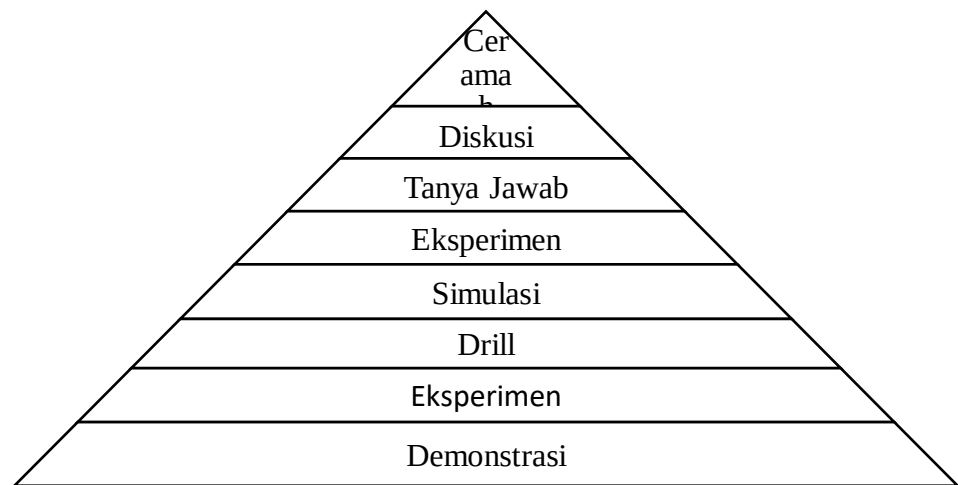
3) Metode *brainstorming*

Metode *brainstorming* merupakan cara berdiskusi dalam kelompok di mana para anggotanya mengemukakan sebanyak mungkin gagasan mengenai suatu topik tanpa adanya batasan dan tanpa mempertimbangkan penerapan praktisnya .

4) Metode *peer education*

Metode *peer education* merupakan strategi pendidikan kesehatan yang menempatkan individu dari kelompok sebaya sebagai penyampai pesan atau sumber informasi kesehatan. Pelaksanaan metode ini dilakukan dalam lingkungan kelompok sebaya dengan sasaran anggota kelompok yang sama, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, membangun sikap yang positif, serta mendukung terbentuknya perubahan perilaku baik pada individu maupun kelompok.

Dalam menjelaskan peran media dalam membantu siswa memperoleh pengalaman belajar, Edgar Dale mengembangkan suatu konsep yang dikenal sebagai kerucut pengalaman *Cone of Experience*. Konsep tersebut menggambarkan berbagai tingkatan pengalaman belajar yang dapat diperoleh siswa melalui penggunaan media dan metode pembelajaran, sebagaimana ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 2.1 Kerucut Edger Dale

Kerucut pengalaman yang dikembangkan oleh Edgar Dale menjelaskan bahwa pengalaman belajar siswa dapat diperoleh melalui berbagai tahapan, mulai dari melakukan atau mengalami secara langsung objek yang dipelajari, mengamati dan mendengarkan melalui penggunaan media tertentu, hingga memperoleh informasi melalui penyampaian secara verbal. Metode demonstrasi adalah teknik pembelajaran yang dilakukan dengan memperlihatkan secara langsung suatu proses, keadaan, atau objek tertentu yang menjadi materi pembelajaran kepada siswa. Demonstrasi dapat menggunakan objek dalam kondisi nyata maupun menggunakan model atau bentuk simulasi. Metode ini tepat digunakan untuk menyampaikan materi yang membutuhkan penguasaan keterampilan, pemahaman terhadap tahapan atau prosedur tertentu, pelaksanaan suatu tindakan, serta materi yang memerlukan perbandingan antara beberapa metode atau cara pelaksanaan. Penggunaan metode demonstrasi memiliki beberapa

kelebihan, antara lain materi pembelajaran dapat disampaikan secara lebih jelas dan konkret sehingga siswa tidak hanya membayangkan proses yang sedang dipelajari. Selain itu, pembelajaran menjadi lebih terarah karena siswa tidak hanya memperoleh informasi melalui pendengaran, tetapi juga dapat mengamati secara langsung proses yang diperagakan. Kondisi tersebut dapat menciptakan pembelajaran yang lebih menarik dan interaktif, meningkatkan keaktifan serta minat siswa untuk mencoba secara mandiri, dan membantu membuat pengalaman belajar lebih berkesan sehingga informasi yang diperoleh lebih mudah diingat. Sehingga dengan kelebihan tersebut peneliti ingin menggunakan media demonstrasi untuk penelitian yang akan digunakan, supaya responden mudah memahami apa yang disampaikan dan dapat langsung mempraktikkan apa yang telah diberikan peneliti kepada responden.

2. Perilaku Membersihkan gigi

a. Definisi Perilaku

Perilaku dapat diartikan sebagai serangkaian tindakan atau aktivitas yang dilakukan seseorang sebagai bentuk respons terhadap suatu kondisi atau rangsangan tertentu, yang dalam perkembangannya dapat menjadi suatu kebiasaan sesuai dengan keyakinan yang dimiliki. Secara umum, perilaku manusia mencakup berbagai tindakan dan aktivitas yang dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung melalui interaksi individu dengan

lingkungan sekitarnya. Perilaku tersebut dapat tercermin dalam aspek pengetahuan, sikap, dan tindakan.

Pada dasarnya, perilaku merupakan bentuk tanggapan atau reaksi seseorang terhadap rangsangan yang diterima dari lingkungan sekitarnya. Berdasarkan bentuknya, respons individu terhadap rangsangan tersebut dapat dibedakan menjadi dua, yaitu respons pasif dan respons aktif. Respons pasif berupa reaksi yang berlangsung di dalam diri seseorang sehingga tidak dapat diamati secara langsung, sedangkan respons aktif ditunjukkan melalui tindakan atau aktivitas yang dapat dilihat dan diamati oleh orang lain. Menurut Adventus, perilaku manusia pada dasarnya merupakan respons terhadap berbagai rangsangan yang diterima dari lingkungan. (Ni Putu Indah Mas Pratiwi, 2021) .

b. Domain Perilaku

Menurut (Ni Putu Indah Mas Pratiwi, 2021) perilaku manusia dapat dikelompokkan ke dalam tiga domain yang berkaitan dengan tujuan pendidikan. Ketiga domain perilaku tersebut meliputi:

1) Pengetahuan (*knowledge*)

Pengetahuan dapat diartikan sebagai pemahaman yang dimiliki seseorang setelah menerima informasi melalui proses penginderaan terhadap suatu objek. Proses tersebut melibatkan berbagai pancaindra, seperti penglihatan, pendengaran,

penciuman, pengecapan, dan perabaan. Dalam aspek kognitif, pengetahuan terbagi menjadi enam tingkatan, yaitu:

- a) Tahu (*know*), yaitu kemampuan seseorang untuk mengingat kembali materi atau informasi yang telah dipelajari sebelumnya. Kemampuan ini mencakup proses mengingat (*recall*) terhadap informasi tertentu maupun keseluruhan materi atau rangsangan yang pernah diterima. Oleh karena itu, tingkat “tahu” termasuk dalam tingkatan pengetahuan yang paling dasar.
- b) Memahami (*comprehension*), yaitu kemampuan seseorang dalam menjelaskan suatu objek atau informasi yang telah diketahui secara tepat serta mampu menginterpretasikan dan memberikan makna terhadap materi tersebut dengan benar.
- c) Aplikasi (*application*), yaitu kemampuan seseorang untuk menerapkan pengetahuan atau materi yang telah dipelajari ke dalam situasi, kondisi, maupun permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan nyata.
- d) Analisis (*analysis*), merupakan kemampuan individu dalam memecah atau menguraikan suatu materi maupun objek menjadi beberapa komponen yang lebih sederhana, kemudian memahami hubungan serta keterkaitan antara setiap komponen tersebut dalam suatu susunan yang terstruktur.

- e) Sintesis (*syhthesis*), merupakan kemampuan seseorang untuk menggabungkan atau menghubungkan berbagai bagian atau unsur yang telah dipahami menjadi suatu kesatuan atau bentuk baru yang lebih terstruktur.
- f) Evaluasi (*evaluation*), merupakan kemampuan individu dalam menilai suatu objek, informasi, atau materi dengan didasarkan pada pertimbangan serta kriteria atau standar tertentu yang telah ditetapkan.

2) Sikap (*attitude*)

Sikap merupakan bentuk respons atau reaksi individu yang masih bersifat internal terhadap suatu stimulus atau objek tertentu. Dalam kehidupan sehari-hari, sikap dapat dipahami sebagai respons emosional individu terhadap berbagai stimulus sosial. Sikap juga menunjukkan adanya kesiapan atau kecenderungan seseorang untuk melakukan suatu tindakan, tetapi belum dapat dikatakan sebagai bentuk tindakan itu sendiri. Sikap mempunyai tiga komponen pokok, yakni:

- a) Komponen kognitif, berupa keyakinan, pemikiran, gagasan, atau konsep yang dimiliki seseorang terhadap suatu objek.
- b) Komponen afektif, berkaitan dengan perasaan atau aspek emosional individu terhadap suatu objek.

- c) Komponen konatif, berupa kecenderungan atau dorongan individu untuk melakukan suatu tindakan atau berperilaku terhadap objek tertentu.

3) Tindakan

Tindakan atau kegiatan yang dilakukan oleh individu, baik dalam aspek fisik maupun mental, untuk mencapai sasaran tertentu, menyelesaikan suatu masalah, atau sebagai reaksi terhadap keadaan tertentu.

c. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku

Menurut (Amrin Mulia Utama Masution, 2022) perilaku manusia dipengaruhi oleh dua kelompok faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu dan berkaitan dengan kondisi serta karakteristik pribadi, termasuk faktor genetik. Sementara itu, faktor eksternal mencakup berbagai pengaruh yang berasal dari lingkungan di sekitar individu yang dapat memengaruhi terbentuknya perilaku.

1) Faktor genetic

Faktor genetik merupakan dasar atau modal awal yang dimiliki individu dan berperan dalam perkembangan perilaku selanjutnya. Faktor ini mencakup berbagai karakteristik bawaan, seperti ras, jenis kelamin, kondisi fisik, kepribadian, bakat, serta tingkat kecerdasan individu.

a) Jenis Ras

Setiap kelompok populasi memiliki karakteristik dan pola perilaku yang dapat berbeda satu sama lain. Dalam pembahasan tersebut, terdapat tiga kelompok ras utama yang sering diklasifikasikan dalam literatur, yaitu:

(1) Ras kulit putih (*kaukasia*)

Ras ini memiliki ciri fisik berupa kulit putih, mata berwarna biru, dan rambut berwarna kuning keemasan. Perilaku yang umum pada ras ini adalah ramah, suka kemajuan, serta menghargai hak-hak manusia.

(2) Ras kulit hitam (*negroid*)

Dalam literatur klasifikasi ras yang bersifat historis, kelompok ini digambarkan memiliki karakteristik fisik tertentu, seperti warna kulit gelap dan rambut bertekstur keriting. Namun, karakteristik fisik tersebut tidak dapat dijadikan dasar untuk menyimpulkan sifat, kepribadian, kemampuan, maupun perilaku seseorang karena perilaku manusia dipengaruhi oleh berbagai faktor biologis, sosial, budaya, dan lingkungan.

(3) Ras kulit kuning (*mongoloid*)

Kelompok yang dalam literatur klasifikasi ras lama digambarkan memiliki karakteristik fisik berupa kulit berwarna kuning, rambut lurus, dan mata berwarna

cokelat. Namun, karakteristik fisik tersebut tidak dapat dijadikan dasar untuk menentukan sifat maupun perilaku seseorang. Perilaku individu pada dasarnya dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan sosial, budaya, pengalaman, pendidikan, dan kondisi individu.

b) Jenis kelamin

Perbedaan perilaku antara laki-laki dan perempuan dapat terlihat dalam beberapa aspek kehidupan, seperti cara berpakaian, berinteraksi, maupun menjalankan aktivitas sehari-hari. Dalam kajian sosial, perilaku yang secara umum diasosiasikan dengan laki-laki sering disebut maskulin, sedangkan perilaku yang diasosiasikan dengan perempuan disebut feminin. Namun, kecenderungan tersebut tidak bersifat mutlak karena perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan, budaya, pengalaman, dan karakteristik individu.

c) Sifat fisik

Karakteristik fisik seseorang dapat berkaitan dengan perbedaan dalam cara individu melakukan suatu tindakan. Perbedaan kondisi fisik tertentu dapat menyebabkan adanya variasi dalam aktivitas atau respons yang ditunjukkan oleh setiap individu.

d) Sifat kepribadian

Sifat kepribadian merupakan karakteristik individu yang tercermin melalui pola berpikir, perasaan, dan perilaku yang relatif konsisten dalam menghadapi serta menyesuaikan diri dengan berbagai situasi kehidupan. Sifat tersebut dapat terlihat dalam berbagai karakter, seperti pemalu, mudah marah, penyayang, penakut, dan karakteristik lainnya.

e) Bakat bawaan

Bakat merupakan potensi atau kemampuan khusus yang dimiliki seseorang dalam bidang tertentu yang memungkinkan individu tersebut melakukan suatu aktivitas dengan relatif lebih mudah dan dapat berkembang melalui proses latihan serta pengalaman. Sebagai contoh: seseorang yang memiliki bakat dalam seni lukis akan menunjukkan keunggulan dalam bidang itu dengan lebih cepat jika diberi pelatihan dan peluang dibandingkan mereka yang tidak memiliki bakat sama sekali.

f) Kecerdasan

Kecerdasan adalah kemampuan individu untuk berpikir secara abstrak. Oleh karena itu, individu yang cerdas adalah mereka yang mampu membuat keputusan dengan cepat dan akurat serta melaksanakan tindakan dengan tepat.

2) Faktor eksternal

Faktor eksternal mencakup berbagai kondisi atau pengaruh yang berasal dari luar diri individu dan berperan dalam membentuk serta memengaruhi perubahan perilaku seseorang. Faktor-faktor tersebut antara lain meliputi:

a) Lingkungan

Lingkungan mencakup berbagai kondisi dan keadaan yang terdapat di sekitar individu, baik dalam aspek fisik, biologis, maupun sosial. Interaksi yang berlangsung antara individu dengan lingkungan dapat memengaruhi cara berpikir, pembentukan sikap, serta perilaku yang ditunjukkan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai contoh, seseorang yang berada dalam lingkungan pendidikan atau akademik dapat terbiasa mengembangkan pola berpikir yang lebih logis, kritis, dan berdasarkan pertimbangan ilmiah.

b) Pendidikan

Pendidikan merupakan proses yang berlangsung sepanjang kehidupan individu melalui interaksi dengan lingkungan, baik melalui pendidikan formal maupun nonformal. Tingkat pendidikan dapat memengaruhi pengetahuan, pola pikir, sikap, dan perilaku seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang ditempuh, semakin

luas pula pengetahuan dan pengalaman yang dapat diperoleh individu dalam membentuk perilakunya.

c) Agama

Agama bisa dianggap sebagai sumber terakhir untuk mencari makna hidup atau sebagai tujuan akhir dari pencarian. Sebagai suatu sistem kepercayaan, agama berperan dalam membentuk konstruksi kepribadian seseorang. Sebagai contoh, tindakan seseorang yang menganut agama Islam. Dalam memilih atau mengolah makanan, individu dapat memiliki pandangan yang berbeda dibandingkan dengan orang-orang yang memeluk agama Kristen.

d) Sosial ekonomi

Kondisi sosial ekonomi termasuk salah satu faktor yang berasal dari lingkungan eksternal dan dapat memengaruhi pembentukan perilaku, baik pada individu maupun keluarga. Kondisi tersebut mencakup aspek ekonomi, sosial, dan budaya yang terdapat dalam lingkungan kehidupan seseorang. Perbedaan tingkat sosial ekonomi dapat memengaruhi kemampuan individu atau keluarga dalam memenuhi berbagai kebutuhan dan memperoleh fasilitas yang diperlukan. Oleh karena itu, kondisi sosial ekonomi

dapat berkontribusi terhadap terbentuknya pola perilaku yang berbeda antarindividu maupun keluarga.

e) Kebudayaan

Kebudayaan mencakup berbagai nilai, norma, adat istiadat, kebiasaan, serta hasil karya yang berkembang dan diwariskan dalam kehidupan masyarakat. Berbagai unsur tersebut dapat memengaruhi terbentuknya pola pikir, sikap, dan perilaku individu melalui proses pembelajaran serta penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai contoh, nilai dan tradisi yang terdapat dalam kebudayaan Jawa dapat memengaruhi cara individu berkomunikasi, bersikap, dan berperilaku ketika berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.

d. Perubahan Perilaku

1) Pengertian Perubahan Perilaku

Perubahan perilaku merupakan suatu proses yang terjadi pada individu dan mencakup perubahan dalam aspek pengetahuan, sikap, serta tindakan. Perubahan tersebut dapat dipengaruhi oleh pengalaman, proses pembelajaran, dan lingkungan di sekitar individu. Proses perubahan perilaku tidak berlangsung secara langsung atau instan, tetapi berkembang secara bertahap melalui tahapan yang saling berkaitan.

Perubahan perilaku dalam bidang kesehatan sangat penting karena menentukan kualitas hidup seseorang. Intervensi seperti

edukasi kesehatan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku individu menjadi lebih sehat

2) Proses Perubahan Perilaku

Perubahan perilaku berlangsung melalui tahapan bertingkat yaitu dari tidak bisa → bisa → mau → melakukan (tindakan).

a) Tahap Tidak Bisa → Menjadi Bisa (Pengetahuan)

Pengetahuan diperoleh individu melalui proses penginderaan terhadap objek tertentu dengan melibatkan fungsi pancaindra. Pancaindra tersebut meliputi penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecap, dan perabaan. Pengetahuan tersebut menjadi salah satu aspek penting yang dapat mendasari terbentuknya maupun perubahan perilaku individu.

Seseorang yang awalnya tidak tahu (tidak bisa) akan menjadi tahu dan mampu (bisa) setelah mendapatkan informasi atau pendidikan. Edukasi kesehatan terbukti meningkatkan pengetahuan secara *Signifikan* yang kemudian berdampak pada perubahan perilaku .

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang baik memiliki keterkaitan dengan penerapan perilaku kesehatan yang lebih baik, termasuk dalam upaya memelihara kebersihan dan kesehatan gigi.

b) Tahap Bisa → Menjadi Mau (Sikap)

Sikap merupakan bentuk respons individu terhadap suatu objek yang mencakup aspek perasaan, keyakinan, serta kecenderungan atau kesiapan untuk melakukan tindakan tertentu.

Seseorang yang sudah memiliki kemampuan (bisa) belum tentu mau melakukannya jika tidak didukung oleh sikap yang positif. Sikap dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, dan lingkungan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap memiliki keterkaitan dengan terbentuknya perilaku seseorang. Tingkat pengetahuan yang baik dapat mendukung terbentuknya sikap yang positif, yang selanjutnya dapat mendorong individu untuk menerapkan perilaku yang lebih baik dalam menjaga dan memelihara kesehatan.

Selain itu, pengetahuan dan sikap secara bersama-sama berperan dalam mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang baik .

c) Tahap Mau → Menjadi Tindakan (Praktik)

Tindakan atau praktik merupakan bentuk nyata dari perilaku individu yang diwujudkan berdasarkan pengetahuan dan sikap yang telah dimiliki. Pada tahap ini,

individu tidak hanya memiliki pemahaman dan kemauan untuk melakukan suatu perilaku, tetapi juga menerapkannya secara langsung dan berulang hingga dapat berkembang menjadi suatu kebiasaan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap melalui kegiatan penyuluhan atau pendidikan kesehatan dapat berkontribusi terhadap peningkatan tindakan atau praktik kesehatan yang dilakukan oleh individu.

Selain itu, pengetahuan dan sikap yang baik sangat berperan dalam membentuk perilaku pencegahan penyakit pada individu .

3) Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan

Pengetahuan, sikap, dan tindakan merupakan satu kesatuan yang saling berhubungan dalam proses perubahan perilaku.

- Pengetahuan → memberikan dasar pemahaman
- Sikap → membentuk kemauan atau motivasi
- Tindakan → merupakan implementasi nyata

Keterkaitan antara pengetahuan, sikap, dan tindakan dikenal sebagai konsep KAP (*Knowledge, Attitude, Practice*). Konsep tersebut menjelaskan bahwa pengetahuan yang dimiliki individu dapat memengaruhi pembentukan sikap, yang selanjutnya dapat

berkontribusi terhadap munculnya tindakan atau perilaku tertentu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan perilaku memiliki keterkaitan yang signifikan dalam berbagai aspek kesehatan. Ketiga unsur tersebut saling berhubungan dan dapat berkontribusi terhadap terbentuknya perilaku yang mendukung pemeliharaan serta peningkatan kesehatan individu.

e. Pengukuran Perilaku

Menurut Notoatmodjo dalam Ni Putu Indah Mas Pratiwi (2021) Pengukuran perilaku dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu:

- 1) Pengukuran perilaku secara langsung dapat dilakukan melalui wawancara kepada individu mengenai aktivitas atau tindakan yang telah dilakukan dalam periode waktu tertentu, baik dalam hitungan jam, hari, maupun bulan sebelumnya. Metode ini sangat bergantung pada kemampuan responden dalam mengingat dan melaporkan kembali perilaku yang telah dilakukannya.
- 2) Pengukuran perilaku secara tidak langsung dilakukan dengan mengamati tindakan atau aktivitas yang dilakukan oleh responden. Melalui pengamatan tersebut, perilaku yang

ditunjukkan dapat dinilai berdasarkan tindakan nyata yang dilakukan oleh individu.

Perilaku terdiri atas tiga domain utama, yaitu pengetahuan, sikap, dan tindakan. Setiap domain tersebut memiliki metode pengukuran yang berbeda, sebagai berikut:

1) Mengukur pengetahuan

Menurut Arikunto dalam Ni Putu Indah Mas Pratiwi (2021), tingkat pengetahuan seseorang dapat diukur berdasarkan kemampuan dalam menguasai dan memahami suatu objek atau materi melalui tes objektif maupun tes uraian. Pengukuran dilakukan dengan memberikan sejumlah pertanyaan yang berkaitan dengan objek atau materi yang dinilai. Pertanyaan dapat disajikan dalam berbagai bentuk, seperti pilihan ganda, isian, maupun bentuk pertanyaan lainnya. Setiap pertanyaan diberikan bobot atau nilai tertentu, kemudian responden memperoleh skor berdasarkan jumlah jawaban yang benar.

2) Pengukuran sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu secara langsung dan tidak langsung. Pengukuran secara langsung dilakukan dengan memperoleh pendapat, pandangan, atau respons responden secara langsung terhadap objek tertentu yang menjadi sasaran pengukuran. Salah satu teknik yang dapat diterapkan adalah menyajikan beberapa pernyataan yang

berkaitan dengan objek sikap untuk kemudian diberikan penilaian oleh responden.

Pernyataan sikap dapat berupa pernyataan positif maupun negatif. Pernyataan positif (*favourable*) merupakan pernyataan yang menunjukkan dukungan atau sikap positif terhadap objek yang dinilai. Sebaliknya, pernyataan negatif (*unfavourable*) merupakan pernyataan yang menunjukkan ketidaksetujuan atau sikap yang tidak mendukung terhadap objek tersebut.

3) Pengukuran tindakan

Pengukuran tindakan merupakan aspek krusial dalam menilai perilaku seseorang, termasuk dalam bidang kesehatan. (Ni Putu Indah Mas Pratiwi, 2021) menjelaskan bahwa salah satu metode sederhana yang digunakan untuk mengukur tindakan adalah melalui checklist. Metode ini melibatkan penilaian tindakan atau kebiasaan responden dengan meminta mereka menjawab serangkaian pertanyaan dengan pilihan jawaban "ya" atau "tidak".

Checklist memiliki kelebihan karena praktis dan dapat memberikan gambaran langsung mengenai tindakan tertentu. Setiap jawaban yang diberikan akan diolah menjadi skor, sehingga memudahkan analisis tindakan sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hasil dari pengukuran tersebut dapat diklasifikasikan

dalam beberapa kategori, seperti baik, cukup, atau kurang, berdasarkan jumlah skor yang didapatkan.

Tahapan Pengukuran Tindakan:

1) Penyusunan Pertanyaan

Menyusun sejumlah pertanyaan yang sesuai dengan aspek tindakan yang akan diukur. Setiap pertanyaan dirancang dalam bentuk pilihan jawaban sederhana, yaitu “ya” atau “tidak”, sehingga memudahkan responden dalam memberikan jawaban.

2) Penilaian

Pada pernyataan *favourable*, respon “ya” memperoleh nilai 1, sedangkan respon “tidak” diberi nilai 0. Sebaliknya, pada pernyataan *unfavourable*, respon “tidak” diberikan nilai 1 dan respon “ya” mendapatkan nilai 0. Setelah seluruh pertanyaan dijawab oleh responden, skor dari setiap jawaban dijumlahkan untuk memperoleh skor total.

Kategorisasi Skor

Kategorisasi skor dalam penelitian ini menggunakan metode *equal-width binning*, yaitu teknik pengelompokan data dengan membagi keseluruhan rentang skor ke dalam beberapa interval yang memiliki lebar atau jarak yang sama. Perhitungan lebar interval dilakukan menggunakan rumus sebagai berikut:

Lebar interval = (Nilai maksimum – Nilai minimum) / Jumlah kategori

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, skor total perilaku membersihkan gigi responden setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media poster bergerak dikategorikan menjadi tiga tingkat, yaitu:

- a) Baik jika hasil persentase : 80–93,3%
- b) Cukup jika hasil persentase : 66,7–79,9%
- c) Kurang jika hasil persentase : 53,3–66,6%

Kategorisasi ini digunakan untuk mempermudah interpretasi hasil penelitian dalam menilai tingkat perilaku membersihkan gigi responden setelah pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media poster bergerak.

f. Perilaku Membersihkan gigi

Perilaku dalam memelihara kebersihan gigi dan mulut meliputi berbagai tindakan yang dilakukan individu sebagai upaya untuk mempertahankan kebersihan serta kesehatan gigi dan rongga mulut. Menurut Notoatmodjo (2021), perilaku kesehatan memiliki peranan penting dalam mencegah timbulnya penyakit serta mempertahankan dan meningkatkan derajat kesehatan. Terbentuknya perilaku tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat pengetahuan, sikap, serta kebiasaan yang diterapkan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari.

Pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut dapat dilakukan dengan menerapkan beberapa kebiasaan yang baik, salah satunya

adalah menyikat gigi secara rutin dua kali sehari, yaitu setelah sarapan pada pagi hari dan sebelum tidur pada malam hari. Selain itu, pemeliharaan kebersihan rongga mulut dapat dilakukan dengan membersihkan lidah dan menggunakan *dental floss* untuk membantu membersihkan area di antara gigi. Pembatasan konsumsi makanan dan minuman yang tinggi gula maupun memiliki sifat asam juga perlu diperhatikan. Penerapan pola makan yang bergizi, pemenuhan kebutuhan cairan tubuh dengan mengonsumsi air putih yang cukup, serta pemeriksaan gigi secara rutin, minimal setiap enam bulan, turut menjadi bagian dari upaya mempertahankan kesehatan gigi dan mulut.

3. Kebersihan Gigi

a. Definisi

Kebersihan gigi dan mulut menggambarkan keadaan rongga mulut yang bebas dari berbagai kotoran maupun endapan, termasuk debris, plak, serta karang gigi (I Gede Surya Kencana, 2023). Pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut perlu dilakukan secara konsisten karena berperan penting dalam menjaga kesehatan serta membantu mencegah timbulnya berbagai gangguan kesehatan. Kesehatan gigi dan mulut memiliki peranan krusial dalam menghindari timbulnya plak yang dapat berujung pada gangguan seperti kalkulus, kerusakan gigi, dan infeksi gusi. Melakukan pembersihan gigi secara rutin serta

memanfaatkan benang gigi adalah metode yang ampuh untuk mempertahankan kebersihan mulut (Asriawal, 2024) .

b. Faktor Faktor yang mempengaruhi kebersihan gigi dan Mulut

Tingkat kebersihan gigi dan mulut seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya kondisi sosial ekonomi, usia, jenis kelamin, lingkungan tempat tinggal, sikap, serta perilaku atau aktivitas yang dilakukan dalam upaya memelihara kesehatan gigi dan mulut (Baba et al., 2023). Selain itu, tingkat pemahaman seseorang mengenai struktur dan jenis gigi yang dimiliki juga dapat berperan dalam menentukan kondisi kebersihan gigi dan mulut (Ulliana & Anwar, 2023) . Menurut (Hanis Arum Aqidatunisa, 2022) Berdasarkan indeks OHI-S, kondisi kebersihan gigi dan mulut dapat dipengaruhi oleh empat faktor utama, yaitu lingkungan, pelayanan kesehatan, faktor keturunan, serta perilaku individu.

1) Lingkungan (*Environment*)

Lingkungan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kebersihan dan kesehatan gigi serta mulut. Lingkungan tempat anak tumbuh dapat membentuk kebiasaan sehari-hari, termasuk kebiasaan dalam memilih dan mengonsumsi makanan. Lingkungan yang kurang mendukung kesehatan dapat meningkatkan kecenderungan anak mengonsumsi makanan atau minuman dengan kandungan gula yang tinggi. Kebiasaan tersebut dapat meningkatkan risiko terbentuknya plak dan terjadinya

kerusakan gigi apabila tidak diimbangi dengan pemeliharaan kebersihan gigi yang baik.

2) Pelayanan Kesehatan (*Healthy service*)

Pelayanan kesehatan memiliki kontribusi penting dalam menunjang upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut. Peran tenaga kesehatan tidak terbatas pada aspek kuratif atau pengobatan, tetapi juga mencakup kegiatan promotif dan preventif. Pemberian edukasi mengenai kesehatan gigi melalui program kesehatan di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan serta kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan gigi serta mulut. Selain itu, sinergi antara tenaga kesehatan, guru, dan teman sebaya dapat membantu mendorong siswa dalam menerapkan kebiasaan hidup sehat.

3) Keturunan (*Heredity*)

Faktor keturunan dapat berkaitan dengan karakteristik struktur gigi dan rahang yang dimiliki seseorang. Kondisi seperti bentuk rahang, ukuran gigi, serta susunan gigi yang tidak teratur atau berjejal dapat memengaruhi kemudahan dalam menjaga kebersihan gigi. Susunan gigi yang berjejal dapat menyebabkan beberapa bagian gigi lebih sulit dibersihkan sehingga berpotensi meningkatkan penumpukan plak dan memengaruhi kesehatan gigi serta mulut.

4) Perilaku (*Behavior*)

Perilaku merupakan salah satu faktor yang turut menentukan tingkat kebersihan dan kesehatan gigi serta mulut. Kebiasaan menyikat gigi secara rutin dengan menerapkan teknik yang tepat dapat membantu menjaga kebersihan gigi dan mulut. Di samping itu, anak perlu diarahkan untuk menerapkan pola konsumsi yang sehat, membatasi jumlah dan frekuensi makanan maupun minuman manis, serta memperhatikan waktu yang tepat untuk melakukan pembersihan gigi. Upaya pembentukan dan pemeliharaan kebiasaan tersebut juga membutuhkan keterlibatan orang tua, keluarga, pihak sekolah, serta lingkungan sekitar agar perilaku positif dapat terbentuk dan dilakukan secara berkelanjutan.

c. Cara menjaga kebersihan gigi dan mulut

Menurut FDI World Dental Federation (2014) (Herawati et al., 2022) ada beberapa cara untuk menjaga kesehatan mulut:

1. Menyikat gigi pada pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur.
2. Menggunakan pasta gigi berfluoride
3. Membatasi makanan dan minuman yang manis.
4. Menghentikan rokok dan minuman beralkohol.
5. Mengunyah permen karet bebas gula
6. Mengunjungi pemeriksaan gigi secara rutin.

d. Tujuan Membersihkan gigi

Menurut (Wijayanti et al., 2023), kegiatan membersihkan gigi memiliki beberapa tujuan, antara lain:

- 1) Menjaga kebersihan dan kesehatan gigi, Membersihkan gigi secara teratur dapat membantu menjaga kondisi gigi tetap bersih dan sehat serta membuat gigi tampak lebih terawat.
- 2) Mencegah berbagai gangguan pada gigi, Kebiasaan membersihkan gigi dengan baik dapat membantu mencegah terbentuknya karang gigi, karies atau gigi berlubang, serta berbagai masalah kesehatan gigi lainnya.
- 3) Menjaga kesegaran rongga mulut, membersihkan gigi dan rongga mulut secara rutin.

e. Akibat tidak menjaga kebersihan Gigi dan Mulut

Kurangnya perhatian terhadap kebersihan gigi dan mulut dapat meningkatkan kemungkinan munculnya berbagai masalah kesehatan pada gigi dan rongga mulut. Menurut (Ni Kadek Ary Dian Pratiwi, 2022) dan (Anny Shinta Meidina, 2023) beberapa masalah yang dapat muncul akibat kurangnya pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut antara lain:

1) Bau mulut (*Halitosis*)

Halitosis atau bau mulut merupakan kondisi yang ditandai oleh munculnya bau tidak sedap dari dalam rongga mulut, yang dapat terdeteksi ketika seseorang bernapas maupun berbicara. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan kurang

terjaganya kebersihan gigi dan mulut. Selain faktor kebersihan, halitosis juga dapat dipengaruhi oleh beberapa kondisi lain, seperti mulut kering, stres, keadaan berpuasa, serta konsumsi jenis makanan tertentu yang mengandung senyawa sulfur.

2) Karang gigi (*Calculus*)

Karang gigi atau *calculus* merupakan endapan keras yang terbentuk akibat akumulasi plak pada permukaan gigi yang tidak dibersihkan secara optimal. Dalam jangka waktu tertentu, plak tersebut dapat mengalami mineralisasi dan mengeras sehingga membentuk karang gigi yang biasanya memiliki warna kekuningan hingga kecokelatan. Keberadaan karang gigi dapat membuat permukaan gigi terasa kasar dan meningkatkan risiko terjadinya gangguan pada kesehatan gigi serta gusi.

3) Gusi berdarah

Perdarahan pada gusi dapat menjadi salah satu tanda adanya peradangan pada jaringan gingiva. Kondisi ini dapat dipicu oleh penumpukan plak dan karang gigi pada permukaan gigi maupun di area sekitar garis gusi.

4) Gigi berlubang

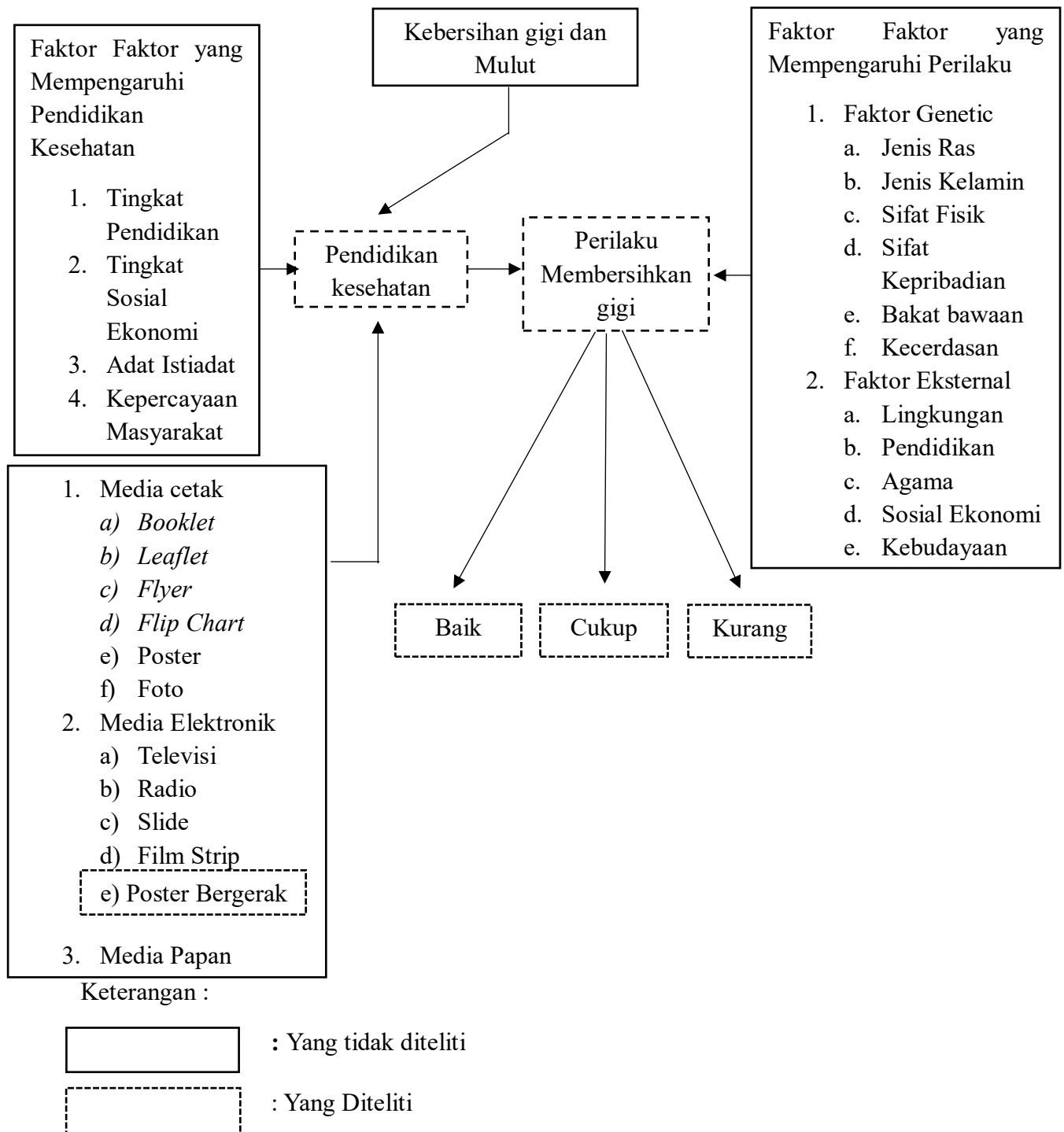
Gigi berlubang atau karies merupakan salah satu gangguan kesehatan gigi yang dapat terjadi akibat kurang optimalnya upaya menjaga kebersihan gigi dan mulut. Sisa makanan yang mengandung gula dapat dimanfaatkan sebagai sumber nutrisi oleh

bakteri yang berada di dalam rongga mulut. Bakteri tersebut memetabolisme gula dan menghasilkan asam yang dapat menurunkan tingkat keasaman atau pH pada permukaan gigi.

f. Cara menggosok gigi dengan baik menurut (Mohamad Irfan, 2024) adalah sebagai berikut:

- 1) Siapkan sikat gigi dan pasta gigi
- 2) Berkumur dengan air bersih
- 3) Menyikat permukaan gigi bagian depan
- 4) Membersihkan permukaan kunyah gigi
- 5) Sikat permukaan gigi yang menghadap ke pipi
- 6) Sikat permukaan gigi depan rahang bawah
- 7) Sikat permukaan gigi belakang rahang bawah
- 8) Sikat permukaan gigi depan rahang atas
- 9) Sikat permukaan gigi belakang rahang atas
- 10) Lalu kumur dengan air bersih.

B. Kerangka Teori



Sumber: (Notoatmodjo 2020, Megananda dkk 2008, Ramadhan 2010)

Gambar 2.2 Kerangka Teori

