

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

A.1. Penyuluhan

A.1.1 Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan adalah aktivitas yang melibatkan seseorang (penyuluh) untuk melakukan komunikasi secara sadar, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki perilaku sasaran serta dapat menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan kesehatan gigi adalah usaha terencana dan terarah untuk menciptakan suasana agar seorang atau kelompok mau mengubah perilaku lama yang kurang baik menjadi lebih baik dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Sasaran dalam penyuluhan dibagi menjadi sasaran langsung dan tidak langsung, misalnya anak sekolah sebagai sasaran langsung. Sasaran tidak langsung berpengaruh terhadap sasaran langsung, seperti pengetahuan, sikap, dan tindakan tentang pertumbuhan dan status perkembangan kesehatan gigi dan mulut (Anwar 2019).

A.1.2 Tujuan Penyuluhan

Tujuan kegiatan penyuluhan untuk mencapai tujuan hidup sehat dengan cara mempengaruhi perilaku masyarakat baik itu secara individu ataupun kelompok dengan menyampaikan pesan. Tujuan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut adalah adanya perubahan dari seseorang atau kelompok masyarakat kearah perilaku sehat sehingga tercapainya derajat kesehatan seseorang atau kelompok masyarakat yang optimal (Anwar 2019).

A.1.3 Metode Penyuluhan

Pendidikan kesehatan gigi dan mulut terdiri dari dua komponen, yakni penyuluh dan pihak yang belajar. Efektivitas dan efisiensi pendidikan

kesehatan dipengaruhi kesesuaian dan ketepatan penggunaan metode. Metode merupakan cara atau pendekatan tertentu dalam pendidikan kesehatan agar tercapainya perubahan perilaku, Menurut Notoatmodjo (2012). Metode penyuluhan secara garis besar dibagi dua yaitu metode didaktik dan metode sokratik, yang meliputi:

1. Metode didaktik (*One Way Method*)

Metode ini didasarkan atau dilakukan secara satu arah atau *one way method*. Tingkat keberhasilan metode didaktik sulit di evaluasi karena peserta didik bersifat pasif dan hanya penyuluh yang aktif. Misalnya, ceramah, film, *booklet*, poster, siaran radio (kecuali siaran radio yang bersifat interaktif), dan tulisan di media cetak.

2. Metode sokratik (*Two Way Method*)

Metode ini dilakukan secara dua arah atau *two way method*. Dengan metode ini antara penyuluh dan peserta didik bersikap aktif dan kreatif. Misalnya: diskusi kelompok, *buzz group*, debat, forum, seminar., Metode pendidikan kesehatan dibagi menjadi tiga bagian jika dilihat dari segi sasaran penyuluh, yaitu metode pendidikan individu, kelompok, dan massa. Berikut ini diuraikan beberapa metode penyuluhan, yaitu :

a) Metode individual (perorangan)

Dalam pendidikan kesehatan metode yang bersifat individual ini digunakan untuk membina perilaku baru, atau membina seseorang yang telah mulai tertarik pada suatu perubahan perilaku atau inovasi. Dasar digunakan pendekatan individual ini karena setiap orang mempunyai masalah atau alasan yang berbeda-beda sehubungan dengan penerimaan atau perilaku baru tersebut. Bentuk dari pendekatan ini metode harus berbeda antara sasaran massa, kelompok atau sasaran individual (Susilowati, 2017)

1. Bimbingan dan Konseling

Bimbingan berisi penyampaian informasi yang berkenaan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial yang disajikan dalam bentuk pelajaran. Konseling adalah proses belajar

yang bertujuan memungkinkan (peserta didik) mengenal dan menerima diri sendiri serta realistis dalam proses penyelesaian dengan lingkungannya.

2. Wawancara

Cara ini sebenarnya merupakan bagian dari bimbingan dan konseling. Wawancara antara petugas kesehatan dengan klien menggali informasi mengapa ia tidak atau belum menerima perubahan, apakah ia tertarik atau tidak terhadap perubahan. Juga untuk mengetahui apakah perilaku yang sudah atau yang akan diadopsi itu mempunyai dasar pengertian dan kesadaran yang kuat. Apabila belum, maka perlu penyuluhan yang lebih mendalam.

b) Metode pendidikan kelompok

Menurut Notoatmodjo (2019), memilih metode penyuluhan kelompok harus mengingat besarnya kelompok harus mengingat besarnya kelompok sasaran serta tingkat pendidikan formal pada sasaran. Untuk kelompok yang besar peserta penyuluhan lebih dari 15 orang dan untuk kelompok yang kecil peserta penyuluhan kurang dari 15 orang. Bentuk dari pendekatan ini, antara lain.

a. Ceramah

Ceramah adalah pidato yang disampaikan oleh seorang pembicara di depan sekelompok pengunjung atau pendengar. Metode ini digunakan dalam kondisi waktu yang terbatas dengan peserta didik dalam kelompok besar. Kelebihan metode ini tidak terlalu melibatkan banyak alat bantu serta dapat menghemat waktu jika digunakan pada kelompok besar.

b. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang direncanakan di antara tiga orang atau lebih tentang topik tertentu dan salah seorang diantaranya memimpin diskusi tersebut. Syarat agar metode diskusi kelompok dapat efektif adalah dengan adanya

masalah yang menarik sehingga perlu didiskusikan. Peserta diskusi sebaiknya diberi kesempatan saling mengemukakan pendapat.

c. Curah Pendapat

Merupakan metode pemecahan masalah dimana setiap anggota mengusulkan dengan cepat semua kemungkinan pemecahan yang dipikirkan. Keuntungan metode ini mampu membangkitkan pendapat baru, tidak menyita waktu banyak, dapat dipakai pada kelompok besar maupun kecil, dan hanya sedikit peralatan yang diperlukan. Akan tetapi kekurangan metode ini mudah lepas kontrol, harus dilanjutkan dengan evaluasi jika diharapkan efektif.

d. Buzz Group

Metode ini dilakukan dengan membagi kelompok sasaran yang lebih besar menjadi kelompok kecil untuk membahas suatu tugas tertentu tiap kelompok kecil. Metode ini dilakukan pada kondisi kelompok besar, dan waktu terbatas yang tidak dimungkinkan setiap orang berpartisipasi ataupun terdapat anggota kelompok yang kurang aktif dalam kegiatan.

c) Metode pendidikan massa

Menurut Notoatmodjo (2020), metode ini dilakukan untuk mengkomunikasikan pesan-pesan kesehatan yang ditunjukkan untuk masyarakat. Bentuk pendekatan massa diberikan secara tidak langsung, salah satu contohnya ceramah umum. Metode ini dilakukan dengan memberikan pidato di hadapan masa dengan sasaran yang sangat besar.

A.1.4 Media Penyuluhan

Kata media berasal dari bahasa Latin yaitu *medius* yang secara harafiah dapat diartikan *tengah*, *perantara*, *pengantar*. Media dapat diartikan sebagai pengantar, atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Media promosi Kesehatan adalah semua saran atau

upaya untuk menyampaikan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator baik melalui media cetak, media elektronik dan media papan, sehingga saran dapat meningkatkan pengetahuan yang kemudian diharapkan menjadi perubahan perilaku kearah positif di bidang kesehatan

Menurut Notoatmodjo (2020) bahwa alat penyalur pesan-pesan kesehatan berdasarkan fungsinya dibagi menjadi tiga, yaitu media cetak, media elektronik dan media papan.

1. Media cetak adalah alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan dengan berbagai variasi yaitu *FlipChart, Poster, Booklet, Flyer* dan lain-lain.
2. Media elektronik sebagai sasaran untuk informasi untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan yang terdiri dari Televisi, Radio, Video, slide, dan lain-lain.
3. Media papan (billboard), media ini termasuk media luar ruangan penyampaian informasi kesehatan dengan papan (*billboard*) biasanya di pasang di tempat umum seperti halte, atau pinggir jalan.

B. Permainan

B.1 Pengertian Permainan

Permainan adalah identik dengan dunia anak-anak, dengan permainan dapat menunjukkan imajinasi dan kreativitas anak sesuai dengan tingkat perkembangannya. Melalui permainan, anak mendapat pengalaman, pengetahuan, dan perkembangan.

Permainan edukatif adalah permainan yang memiliki unsur mendidik yang didapatkan dari sesuatu yang ada dan melekat serta menjadi bagian dari permainan itu sendiri selain itu, pemain juga memberi rangsangan atau respon positif terhadap indera permainan.

B.2 Manfaat Permainan

Beberapa permainan bagi anak memberikan manfaat bagi perkembangan dan keseimbangan otak anak (otak kanan, kiri dan tengah),

seingga pada perkembangan otak tersebut berpengaruh terhadap perilaku anak dimasa yang akan datang.

B.3 Permainan *Truth or Dare*

a. Pengertian *Truth or Dare*

Permainan *truth or Dare* berasal dari kata *truth* yang dalam bahasa indonesia berarti kebenaran dan *Dare* yang berarti berani. Permainan *truth or dare* merupakan salah satu permainan sekaligus teknik yang nantinya dapat memberikan kemudahan dalam menyampaikan informasi kesehatan gigi dan mulut. Permainan yang dilakukan secara berkelompok dengan menggunakan dua buah kartu yaitu kartu *truth* dan kartu *dare*. Pada kartu *Truth* berisikan pertanyaan yang membutuhkan jawaban *ya* dan *tidak* sedangkan pada kartu *Dare* berisikan pertanyaan yang membutuhkan jawaban penjelasan atau penjabaran disertai berbagai alasan (Amijoyo dan Cunningham 2011).



Gambar 2.1 Truth or Dare

b. Cara Bermain

Cara memainkan permainan *truth or dare* ini yaitu:

1. Peneliti membagi kelas menjadi enam kelompok
2. Permainan dimulai dari kelompok pertama
3. Wakil kelompok pertama melempar sebuah koin untuk mengundi jenis kartu apa yang akan dimainkan.
4. Jika hasil sisi koin bertuliskan *T* di bagian atas, maka perwakilan kelompok mengambil kartu *Truth* yang telah disediakan peneliti didepan. Begitu pula sebaliknya jika hasil koin yang bertuliskan *D* dibagian atas, maka perwakilan kelompok mengambil satu buah kartu *Dare*
5. Perwakilan kelompok membacakan perintah atau pertanyaan yang tertulis di sisi belakang kartu
6. Kelompok pertama menjawab pertanyaan atas dasar diskusi kelompoknya dalam waktu 90 detik
7. Jika jawaban benar, maka mendapatkan poin 100, jika tidak terdapat menjawab atau jawaban ditemukan salah, maka pertanyaan tadi akan dilemparkan ke kelompok selanjutnya
8. Permainan yang sama seperti kelompok pertama lalu dilanjutkan bagi kelompok 2, kelompok 3 dan seterusnya
9. Kelompok yang mendapat poin terbanyak adalah pemenang dari permainan *truth or dare* .

c. Manfaat permainan

Manfaat dari permainan *truth or dare* yaitu:

1. Permainan *truth or dare* dapat merangsang siswa untuk berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran, karena media permainan dapat memberikan umpan balik sehingga proses pembelajaran menjadi lebih hidup dan efektif.
2. Media permainan *truth or dare* juga dapat meningkatkan minat siswa/i dalam belajar sehingga siswa/i akan bersemangat dalam belajar, baik mandiri atau berkelompok.

d. Kelebihan permainan *truth or dare*

Permainan *Truth or Dare* yang dilakukan pada pembelajaran menurut Kamil, dkk (2013) memiliki beberapa kelebihan dan kelemahan. Adapun kelebihan dari permainan *truth or dare* sebagai berikut:

- a. Dapat menciptakan suasana kelas yang lebih hidup dan menyenangkan, sehingga antusiasme siswa terhadap pembelajaran semakin bertambah.
 - b. Siswa dilibatkan secara langsung dalam permainan, guru hanya sebagai juri, motivator dan fasilitator.
 - c. Suasana kompetitif selama permainan mampu memicu siswa untuk menjadi yang terbaik diantara siswa lainnya. Sehingga tujuan pembelajaran untuk membantu siswa mencapai kompetensi dasar lebih mudah.
 - d. Praktis, mudah dibawa kemana-mana. Dalam hal ini permainan *truth or dare* merupakan bentuk permainan yang praktis untuk dimainkan. Hal tersebut dikarenakan permainan *truth or dare* adalah bentuk permainan yang praktis untuk dibawa kemana-mana.
 - e. Mudah dalam penyajiannya. Dalam hal ini permainan *truth or dare* adalah satu bentuk permainan yang mudal dalam penyajiannya. Sehingga permainan ini dapat digunakan dalam waktu kapan pun sesuai dengan kebutuhan guru dan siswa, khususnya dalam proses meningkatkan rasa percaya diri.
 - f. Mudah dimainkan dimana saja. Dalam hal ini permainan *truth or dare* merupakan permainan yang mudah untuk dimainkan dimana saja karena tidak memerlukan tempat yang begitu luas untuk 10 memainkan. Sehingga siswa merasa lebih nyaman untuk memainkan permainan tersebut.
- e. Kekurangan permainan *Truth or Dare*
- Sedangkan kekurangan dari media permainan *Truth and Dare* yaitu sebagai berikut:

- a. Jika tidak bisa memanajemen waktu dengan baik maka tujuan dari pembelajaran bisa tidak tercapai.
- b. Jika kurang pengalaman dalam pengelolaan kelas, akan menimbulkan keributan yang mengganggu jalannya proses pembelajaran.

C. Pengetahuan

C.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) dan pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek (Notoatmodjo, 2018).

C.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018) tingkat pengetahuan dibagi 6 tingkatan, yaitu:

1. Mengetahui (*Know*)

Pengetahuan yang didapatkan seseorang sebatas hanya mengingat kembali apa telah dipelajari sebelumnya, sehingga dapat di artikan pengetahuan pada tahap ini adalah tingkatan paling rendah.

2. Memahami (*Comprehension*)

Pengetahuan yang menjelaskan sebagai suatu kemampuan menjelaskan objek atau sesuatu dengan benar.

3. Aplikasi (*Application*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini adalah dapat mengaplikasikan atau menerapkan materi yang telah dipelajari.

4. Analisis (*Analysis*)

Kemampuan menjabarkan suatu materi atau suatu objek ke dalam sebuah komponen-komponen yang ada kaitan satu sama lain.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Pengetahuan yang dimiliki seseorang dalam mengaitkan berbagai fungsi elemen atau unsur pengetahuan yang menjadi suatu pola baru yang lebih menyeluruh.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Pengetahuan ini dimiliki pada tahap berupa kemampuan untuk melakukan penilaian suatu materi atau objek.

C.3 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Rachmawati (2019), ada beberapa yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, antara lain:

1. Tingkat Internal

a. Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang akan diterima seseorang terhadap perkembangan seseorang menuju kearah yang lebih baik. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang bersangkutan dengan kesehatan yang dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

b. Media massa/informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan.

c. Usia

Usia berpengaruh terhadap daya lengkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik.

2. Faktor eksternal

a. Lingkungan

Pengetahuan seluruh kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku seseorang.

b. Sosial budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi sikap dan pemerintah informasi.

C.4 Cara Mengukur Pengetahuan

Untuk mengukur pengetahuan kesehatan adalah dengan cara mengajukan pertanyaan-pertanyaan secara langsung (wawancara) atau melakukan pertanyaan-pertanyaan secara tertulis atau angket. Indikator pengetahuan kesehatan adalah tingginya pengetahuan siswa/i tentang variabel-variabel atau komponen-komponen kesehatan. Kriteria tingkat pengetahuan menurut Mardapi (2012) adalah sangat baik (90%-100%), baik (80%-89%), cukup (70%-79%), kurang (<70%), sedangkan menurut (Wawan dan Dewi, 2010) pengetahuan seseorang dapat diukur melalui tiga kategori yaitu baik ($\geq 76\%$), cukup (50%-75%), kurang ($\leq 56\%$). Persentasi hasil didapatkan dengan menggunakan rumus yaitu:

$$\text{Persentasi tingkat pengetahuan} = \frac{\text{skor jawaban benar}}{\text{jumlah soal}} \times 100\%$$

D. Sikap

D.1 Pengertian Sikap

Menurut Notoatmodjo dan Shinta (2019), sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan.

D.2 Tingkatan Sikap

Menurut Notoatmodjo (2014) sikap mempunyai tingkat-tingkat berdasarkan intergritasnya, sebagai berikut:

1. Menerima (*receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang atau subjek mau menerima stimulus yang diberikan (*objek*)

2. Menanggapi (*responding*)

Menanggapi disini diartikan memberikan jawaban atau tanggapan terhadap pertanyaan atau objek yang dihadapi

3. Menghargai (*valuing*)

Menghargai diartikan subjek atau seseorang memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus, dalam arti membahasnya dengan orang lain, bahkan mengajak atau mempengaruhi atau menganjurkan orang lain merespos

4. Bertanggung jawab (*responsible*)

Sikap yang paling tinggi tingkatannya adalah bertanggung jawab terhadap apa yang telah diyakininya. Seseorang yang telah mengambil sikap tertentu berdasarkan keyakinannya, dia harus berani mengambil risiko bila ada orang lain yang mencemoohkan atau adanya risiko lain.

D.3 Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Menurut Azwar dalam Wawan dan Dewi (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi sikap terhadap objek sikap antara lain:

1. Pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat untuk menjadi dasar pembentukan sikap.

2. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Pada umumnya individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggap penting

3. Pengaruh kebudayaan

Kebudayaan memberi warna terhadap sikap anggota masyarakatnya, karena kebudayaanlah yang memberi corak pengalaman individu-individu masyarakat asuhan.

4. Media massa

Pemberitaan surat kabar, radio atau media massa komunikasi lainnya harusnya bersifat fadual, namun cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisnya sehingga berpengaruh terhadap sikap konsumennya.

5. Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Konsep moral yang diajarkan dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan sehingga dapat mempengaruhi sikap.

6. Faktor emosional

Suatu sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

D.4 Komponen Sikap

Menurut Allport dalam Notoatmodjo (2014) sikap itu terdiri dari tiga komponen pokok, yakni:

1. Kepercayaan atau keyakinan, ide, dan konsep terhadap objek, artinya bagaimana keyakinan, pendapat atau penilaian seseorang terhadap objek
2. Kehidupan emosional atau evaluasi orang terhadap objek, artinya bagaimana penilaian (terkandung dalam faktor emosi) orang tersebut pada objek
3. Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*), artinya sikap merupakan komponen yang mendahului tindakan atau perilaku terbuka. Sikap merupakan acuan-ancuan untuk bertindak atau berperilaku terbuka (tindakan).

Ketiga komponen tersebut secara bersama-sama membentuk sikap yang utuh (*total attitude*). Dalam menentukan sikap yang utuh ini, pengetahuan, pikiran, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting.

D.5 Cara Pengukuran Sikap

Pernyataan sikap adalah rangkaian kalimat yang mengatakan sesuatu mengenai objek sikap yang hendak diungkapkan. Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek. Secara tidak langsung dapat dilakukan dengan pernyataan-pernyataan hipotesis kemudian ditanyakan pendapat responden melalui kuesioner Notoatmojo (dalam Wawan dan Dewi, 2011).

a. Pengukuran sikap secara langsung

Subjek secara langsung diminta pendapat bagaimana sikapnya terhadap suatu masalah atau hal yang diharapkan kepadanya.

a. Observasi perilaku

Observasi atau pengamatan langsung dilakukan terhadap tingkah laku individu mengenai objek psikologis tertentu. Cara ini sangat terbatas penggunaannya, karena sangat bergantung jumlah individu yang diamati dan berapa banyak aspek yang diamati. Semakin banyak faktor-faktor yang harus diamati, maka semakin sukar serta makin kurang objektif pengamatan terhadap tingkah laku individu.

b. Wawancara Langsung

Untuk mengetahui bagaimana perasaan seseorang terhadap objek psikologi yang dipilihnya, maka cara yang paling mudah dilakukan adalah dengan menanyakan secara langsung melalui wawancara (*direct questioning*). Asumsi yang mendasar metode ini yaitu :

a) Individu merupakan orang yang paling tahu mengenai dirinya sendiri.

b) Manusia akan mengemukakan secara terbuka apa yang dirasakannya (asumsi keterusterangan).

Oleh karena itu dalam metode ini, jawaban yang diperoleh dapat pula dikategorikan dimana individu memiliki sikap yang sesuai ataupun yang tidak sesuai dengan objek psikologis ataupun tidak menentukan sikap sama sekali (ragu-ragu).

E. Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut

E.1 Memperhatikan Pola Makan

Makanan yang masuk ke dalam rongga mulut memegang peranan penting dalam menentukan status rongga mulut. Faktor nutrisi yang paling berperan dalam terjadinya karies adalah gula, karena gula merupakan nutrisi yang sangat mudah difermentasi dalam mulut. Aktivitas karies gigi dapat meningkat karena konsumsi gula seperti permen, coklat, cake, eskrim, dan berbagai jajanan yang mudah melekat di permukaan gigi. Menurut Sariningsih (2012) mengatur pola makan yang baik antara lain:

1. Memilih makanan yang menguatkan dan menyehatkan gigi Makanan yang mengandung air merupakan faktor penting pada aliran air liur saat pengunyahan. Berbagai makanan yang mampu merangsang keluarnya air liur secara tidak langsung dapat mencegah terjadinya penyakit di dalam rongga mulut.
2. Mengurangi makanan yang manis dan melekat pada gigi karena dapat mempercepat kerusakan gigi
3. Berkumur dengan air setelah makan sehingga sisa makanan tidak melekat pada gigi
4. Lebih baik minum air putih dari pada minum-minuman manis dan asam karena dapat menyebabkan gigi berlubang.
5. Pada anak-anak kebiasaan pola makan sangat dipengaruhi oleh keluarga serta teman sebaya. Pada anak-anak hindari minum susu botol yang manis terulama waktu tidur. Jangan biarkan anak minum susu sampai tertidur karena plak akan terbentuk dengan adanya kontak terus-menerus antara gigi dan minuman susu.

E.2 Kebiasaan Menyikat Gigi

Kebiasaan menyikat gigi adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk membersihkan gigi dari sisa-sisa makanan.

Langkah–langkah menggosok gigi yang baik dan benar menurut (Dwijayani,2019) :

1. Siapkan sikat gigi dan pasta gigi yang mengandung kurang lebih sebesar biji kacang tanah (1/2 cm).
2. Sebelum menggosok gigi berkumur dahulu dengan air bersih.
3. Gosok seluruh permukaan gigi secara merata menggunakan gerakan maju mundur pendek-pendek serta gerakan memutar sesuai permukaan selama kurang lebih dua menit (minimal 8 kali gerakan).
4. Gosok pertemuan antara gigi dan gusi.
5. Lakukan gerakan hal yang sama pada semua bagian atas gigi dan dalam gigi, serta ulangi bagian luar gigi, bagian atas dan bawah gigi.
6. Menggosok dibagian dalam gigi rahang bawah depan miringkan sikat, lalu bersihkan gigi dengan gerakan keluar.
7. Bersihkan juga bagian kunyah atas dan bawah gigi menggunakan gerakan-gerakan pendek dan lembut serta maju mundur berulang-ulang.
8. Sikat lidah dan langit-langit dengan gerakan maju mundur secara berulangulang.
9. Setelah itu kumur satu kali agar sisa fluor tidak hilang.
10. Bersihkan sikat gigi dengan air bersih dan simpan sikat gigi dengan kondisi kepala sikat tegak diatas.
11. Waktu menggosok gigi yang baik dan benar adalah sesudah sarapan dan sebelum tidur malam.

Teknik menggosok gigi dapat digolongkan berdasarkan macam gerakan yaitu:

a. Teknik Bass

Teknik ini menepatkan sikat gigi pada sudut 45 derajat antara gigi kemudian gerakan horijontal untuk menyeret plak gigi

b. Teknik *Fonis*(Rotasi)

Teknik ini menyikat gigi atas dengan memutar kebawah dan gigi bawah memutar sikat ke atas, sehingga sisi bulu menyikat gusi dan gigi dalam gerakan memutar

c. Teknik *foner*

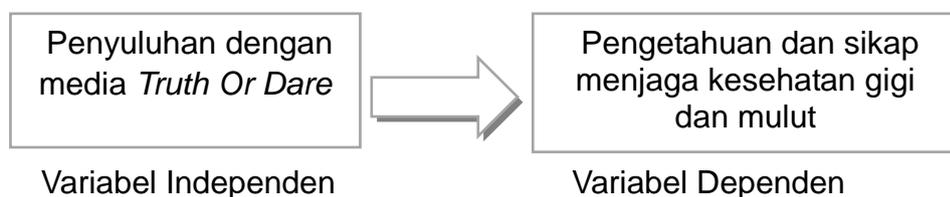
Teknik ini digunakan untuk membersihkan area interproksimal dan menepatkan bulu-bulu sikat ditepi gingivital membentuk sudut 45 derajat. Dengan cara ini gerakan-gerakan dilakukan diruang antara proksimal.

Pemeriksaan gigi rutin ke klinik gigi sewaktu ada keluhan atau setiap 6 bulan sekali dalam setahun wajib dilakukan untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Tujuan untuk mendeteksi secara dini kerusakan-kerusakan yang mungkin terjadi pada gigi.

F. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian adalah suatu dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep yang satu dengan yang lain (Notodmojo 2018). Variabel yang digunakan sebagai berikut:

- a. Variabel *independen* (variabel bebas) adalah penyuluhan menggunakan media *Truth Or Dare*
- b. Variabel *dependen* (variabel terikat) adalah pengetahuan, sikap dan tindakan menjaga kesehatan gigi dan mulut.



G. Definisi Operasional

Untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam penelitian ini penelitian menentukan definisi oprasional sebagai berikut:

1. Penyuluhan adalah suatu kegiatan untuk menyampaikan informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku menjadi positif.
2. Pengetahuan adalah pemahaman siswa/i terhadap pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.
3. Sikap adalah reaksi seseorang siswa bagaimana cara menjaga kesehatan gigi dan mulut dalam kehidupan sehari-hari
4. Media *Truth or Dare* adalah suatu permainan pembelajaran yang terbuat dari kartu yang berisi pesan atau informasi tentang menjaga kesehatan gigi dan mulut yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa/i.