

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Media

A.1 Pengertian Media

Kata media berasal dari bahasa latin *medius* yang secara harfiah artinya 'tengah', 'perantara' atau 'pengantar'. *Association for education and communication technology* (AECT) mendefinisikan media adalah segala bentuk dan saluran yang dipergunakan untuk suatu proses penyaluran pesan. Sedangkan menurut *education association* (NEA) mendefinisikan media adalah benda yang dapat dimanipulasikan, dilihat, didengar, dibaca, atau dibicarakan beserta instrumen yang dipergunakan dengan baik-baik. Media adalah sesuatu yang bersifat menyalurkan pesan dan dapat merangsang pikiran dan perasaan bagi penggunanya, sedangkan media pembelajaran adalah alat dan bahan yang dipakai untuk mengefektifkan dan mengefisienkan proses pembelajaran agar mencapai tujuan pembelajaran (Satrianawati, 2018).

A.2 Manfaat Media dalam Pembelajaran

Menurut Satrianawati (2018), manfaat media pembelajaran, diantaranya :

1. Mempermudah siswa dalam mendalami materi pembelajaran.
2. Konsep materi mudah dipahami konkret mediana, konkrit pemahamannya.
3. Mempunyai waktu yang lebih banyak dalam mempelajari materi dan menambah materi yang relevan.
4. Membangkitkan minat belajar siswa (Satrianawati, 2018).

A.3 Jenis-Jenis Media

Menurut Satrianawati (2018), jenis-jenis media secara umum dapat dibagi menjadi :

1. Media Visual : media visual merupakan media yang dapat dilihat. Media ini menggunakan indra penglihatan. Contoh: media foto,

gambar, komik, gambar tempel, poster, majalah, buku, miniature, alat peraga, dan sebagainya.

2. Media Audio : media audio merupakan media yang dapat didengar. Media ini menggunakan indra telinga sebagai salurannya. Contohnya: suara, musik dan lagu, alat music, siaran radio, dan kaset suara atau CD, dan sebagainya.
3. Media Audio Visual : media audio visual merupakan media yang dapat didengar serta dilihat secara bersamaan. Media ini menggunakan indra pendengar dan penglihatan secara bersamaan. Contohnya: media drama, pementasan, film, televise, dan media yang sekarang menjamur yaitu VCD.
4. Multimedia : multimedia merupakan semua jenis media yang terangkum menjadi satu. Contohnya: internet, belajar dengan memakai media internet artinya mengaplikasikan semua media yang ada, termasuk pembelajaran jarak jauh.

B. Media *Leaflet*

B.1 Pengertian Media *Leaflet*

Menurut Depkes RI (2009) *leaflet* merupakan tulisan terdiri atas 200-400 huruf dengan tulisan cetak dan biasanya disisipi dengan gambar-gambar, bisa dibaca sekali pandang serta berukuran 20 × 30 cm (Siregar dkk, 2020).

Media *leaflet* adalah salah satu media pendidikan dengan selebaran kertas yang berisikan tulisan dengan kalimat-kalimat yang singkat, padat, mudah dipahami, gambar-gambar yang sederhana, serta lebih mudah dibuat. *Leaflet* digunakan untuk memberikan keterangan singkat mengenai suatu masalah (Nubatonis dkk, 2019 dalam Sholiha dkk, 2021).

B.2 Manfaat Media *Leaflet*

1. Membantu penyampaian informasi dalam kegiatan proses belajar-mengajar (Wahyuni dkk, 2022).

2. Memudahkan dalam menyampaikan materi pelajaran kepada peserta didik, agar pembelajaran lebih menarik, inovatif, serta yang paling terpenting adalah peningkatan terhadap hasil belajar peserta didik (Kasman, 2017 dalam Wahyuni dkk, 2022).
3. Menjadi wadah untuk memberikan informasi yang dapat menimbulkan rangsangan serta dorongan belajar dalam rangka mewujudkan suasana, lingkungan belajar yang efektif dan kondusif (Yunanto, 2004 dalam Wahyuni dkk, 2022).

B.3 Keunggulan dan Kekurangan Media *Leaflet*

Menurut Ewles & Simnett (2019) dalam Nubatonis, dkk (2019), keunggulan media *leaflet* :

1. Siswa bisa menyesuaikan dan belajar mandiri.
2. Bisa melihat isinya pada saat santai.
3. Informasi bisa dibagikan dengan keluarga serta teman.
4. Bisa menyampaikan informasi yang tidak mungkin disampaikan dengan cara lisan.
5. Bisa disimpan untuk dibaca berulang-ulang.
6. Desain cetak dan ilustrasi bisa dibuat semenarik mungkin.
7. Bisa memilah khalayak secara rinci.

Menurut Melkisedek, dkk, 2019 kekurangan media *leaflet* :

1. Khalayak terbatas.
2. Kurang cocok untuk tingkat pendidikan rendah atau didistribusikan di komunitas dengan tingkat buta huruf tinggi.
3. Memerlukan kemampuan dalam desain, ilustrasi, dan sebagainya.

C. Menyikat Gigi

C.1 Pengertian Menyikat Gigi

Menyikat gigi ialah cara paling mudah untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut, tetapi masih banyak orang yang melalaikan pentingnya menyikat gigi. Menurut *World Health Organization* (WHO), kebersihan atau kesehatan gigi dan mulut merupakan praktek melakukan penjagaan

kebersihan dan kesehatan mulut dengan cara menyikat gigi dan melakukan closing untuk menghindari timbulnya masalah pada gigi (Andreas, 2012 dalam Kusumaningsih, 2023)

Menyikat gigi merupakan tindakan untuk menyingkirkan kotoran atau sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi, terutama dilakukan sesudah makan pagi dan malam sebelum tidur agar mengurangi masalah kesehatan gigi (Antika, 2018 dalam Kusumaningsih dkk, 2023).

C.2 Tujuan Menyikat Gigi

Tujuan menyikat gigi ialah membersihkan plak dan semua sisa-sisa makanan yang menempel di permukaan gigi serta memijat gusi. Menyikat gigi harus dilakukan setiap hari, agar plak yang terbentuk tidak bertambah banyak dan tebal. Dalam upaya menjaga kebersihan mulut sangat dipengaruhi kesadaran dan perilaku perawatan kebersihan gigi dan mulut dari individu itu sendiri. Hal ini sangat penting karena kegiatan yang dilakukan secara pribadi tanpa ada pengawasan dari siapapun seutuhnya tergantung dari pengetahuan, pemahaman, kesadaran dan kemauan dari pihak individu untuk menjaga kesehatan mulutnya. Untuk memelihara kebersihan mulut, upaya paling mudah dan umum dilakukan yaitu dengan cara menyikat gigi secara teratur dan benar karena hal tersebut merupakan upaya yang dapat dilakukan dengan cara mandiri (Widi, 2003 dalam Kusumaningsih dkk, 2023).

Menyikat gigi bertujuan untuk membersihkan plak, suatu lapisan yang bersifat menempel di permukaan gigi, yang merupakan hasil produksi dari bakteri dalam rongga mulut dan sisa makanan. Bakteri yang hidup di dalam lapisan plak inilah yang menjadi pemicu masalah rongga mulut seperti karies gigi dan penyakit peradangan gusi atau periodontitis dan akan terbentuk karang gigi (Nugroho dkk, 2019).

C.3 Waktu dan Frekuensi Menyikat Gigi

Penyikatan gigi di pagi hari bisa dilakukan setelah sarapan. Hal ini dilakukan supaya kebersihan gigi dan mulut tetap terjaga dan menghindari menumpuknya lapisan plak sehingga dapat mengurangi terbentuknya karang gigi. Ada baiknya diberi jarak kira-kira 1/2 jam antaran sarapan dengan menyikat gigi terutama bila saat sarapan mengkonsumsi makanan yang asam atau mengandung karbohidrat. Hal ini dikarenakan pada saat makan, pH air liur menurun sehingga keasaman dalam rongga mulut meningkat. Penyikatan gigi yang dilakukan pada saat kondisi mulut asam berpotensi lebih besar untuk mengabrasi gigi (Nugroho dkk, 2019).

Kemudian untuk penyikatan gigi pada malam hari sebaiknya dilakukan pada saat sebelum tidur. Ketika tidur di malam hari, mulut sama sekali tidak beraktivitas sehingga produksi air liur menjadi sedikit. Saat inilah kuman mulai berkembangbiak dua kali lebih cepat dan kemungkinan menempel pada gigi pun lebih besar. Hal tersebut dapat menyebabkan meningkatnya produksi asam dalam mulut yang dapat melarutkan email. Kebersihan gigi dan mulut yang tidak terjaga dan terpelihara dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan gigi dan mulut. Ini yang memungkinkan terjadinya lubang gigi serta terbentuknya karang gigi lebih cepat (Sofia, 2013 dalam Nugroho dkk, 2019).

Menyikat gigi yang terlalu cepat tidak akan efektif membersihkan plak. Menyikat gigi yang tepat membutuhkan waktu minimal 2 menit (Ramadhan, 2010).

C.4 Bentuk Sikat Gigi dan Pasta Yang Digunakan

Menurut Margareta (2012), cara memilih dan menggunakan sikat gigi yang baik bagi kesehatan adalah :

1. Menggunakan sikat gigi yang kepalanya cukup kecil supaya dapat digunakan dengan baik dalam rongga mulut. Antara anak-anak dan

orang dewasa berbeda. Untuk orang dewasa panjang kepala sikat gigi 2,5 cm, sedangkan untuk anak-anak berukuran 1,5 cm.

2. Sikat gigi dengan bulu yang panjangnya berbeda tidak dapat membersihkan permukaan datar tanpa menimbulkan tekanan pada beberapa bulu sikat. Oleh sebab itu, gunakanlah sikat gigi yang sama panjang bulunya.
3. Jangan menggunakan bulu keras karena bisa merusak jaringan. Bulu sikat yang terlalu lunak pun dikhawatirkan tidak bisa membersihkan plak dengan sempurna. Tekstur bulu sikat seharusnya memungkinkan digunakan dengan efektif tanpa merusak jaringan, yang paling tepat sikat gigi dengan bulu sikat medium.
4. Gagang sikat harus cukup lebar dan tebal agar dapat dipegang kuat dan dikontrol dengan baik.

Bentuk sikat gigi yang baik dipakai yaitu mempunyai tangkai sikat gigi yang lurus, bulu sikat gigi lembut, rata serta sama panjang. Kepala sikat gigi kecil, supaya bisa mencapai gigi paling belakang dengan mudah. Penting untuk diperhatikan bahwa sikat gigi untuk anak berbeda dengan sikat gigi orang dewasa, baik ukuran kepala sikat maupun kekerasan bulu sikatnya. *American Dental Association* menganjurkan ukuran maksimal kepala sikat gigi orang dewasa 29×10 mm, anak-anak 20×7 mm, dan balita 18×7 mm (Sondang, 2008 dalam Kusumaningsih dkk, 2023).

Sesudah digunakan, sikat gigi dibersihkan di bawah air mengalir, supaya tidak ada sisa-sisa makanan atau pasta gigi yang tertinggal. Setelah bersih, sikat gigi diletakkan dalam posisi berdiri supaya lebih mudah mengering. Sikat gigi diganti setelah 2-3 bulan penggunaan, karena bulu sikat gigi sudah tidak dapat bekerja dengan baik dan dapat melukai gusi (Kemenkes, 2012 dalam Kusumaningsih dkk, 2023). Hendaknya dibiasakan satu sikat gigi harus digunakan untuk satu orang/anak, tidak boleh digunakan bersama-sama atau bergantian (Ariningrum, 2000 dalam Kusumaningsih dkk, 2023).

Menggunakan pasta gigi yang mengandung fluoride. Salah satu fungsi fluoride adalah menjaga gigi supaya tidak berlubang (Margareta, 2012).

C.5 Cara Menyikat Gigi Yang Baik dan Benar

Menurut Margareta (2012) cara menyikat gigi yang baik dan benar adalah :

1. Meletakkan sikat gigi pada posisi 45° hingga posisi bulu sikat berada di antara gigi dan gusi. Pada lapisan inilah sisa makanan dan kuman biasa melekat. Jadi, kuman-kuman itu tidak akan membentuk karang pada gigi. Akan tetapi, jika tidak dibersihkan maka akan membentuk karang pada gigi.
2. Sikat gigi dimulai dari permukaan luar gigi dan gusi. Menggosok bagian ini dengan gerakan memutar, naik-turun, maju-mundur dimulai dari bagian depan gigi seri, baik yang atas maupun yang bawah.
3. Selanjutnya menyikat gigi ke gigi taring, geraham depan, dan kemudian geraham belakang. Lakukan juga pada sisi yang sebelahnya.
4. Dilakukan hal yang sama pada permukaan dalam gigi dan gusi serta posisi sikat gigi diatur agar membentuk sudut yang optimal.
5. Gigi dan gusi sudah bersih, kemudian bersihkan ujung gigi. Ujung gigi yaitu permukaan gigi yang dipakai untuk menggigit dan mengunyah. Sikat bagian ini dengan gerakan maju-mundur serta lakukan secara lembut.
6. Setelah semua gigi dan gusi bersih, kemudian sikatlah lidah dari belakang ke depan. Tahap ini sering diabaikan oleh semua orang. Padahal, lidah merupakan tempat bersarangnya bakteri yang bisa menyebabkan bau mulut, dengan menggosok lidah nafas akan menjadi segar.
7. Setelah semuanya selesai, kumurlah sampai bersih dan dipastikan seluruh bagian mulut telah terbilas dengan air kumur.

C.6 Teknik Menyikat Gigi

Menurut Putri, dkk (2013) teknik menyikat gigi digolongkan menjadi 6 golongan berdasarkan macam gerakan yang dilaksanakan, yaitu:

1. Teknik Vertikal

Teknik vertikal dilakukan kedua rahang tertutup, setelah itu permukaan bukal gigi disikat dengan gerakan ke atas dan ke bawah. Untuk permukaan lingual dan palatinal dilakukan gerakan yang sama dengan mulut terbuka.

2. Teknik Horizontal

Permukaan bukal dan lingual disikat dengan gerakan ke depan dan ke belakang. Untuk permukaan oklusal gerakan horizontal yang sering disebut "*scrub brush technic*" dapat dilakukan dan terbukti merupakan cara yang sesuai dengan bentuk anatomis permukaan oklusal. Kebanyakan orang yang belum diberi pendidikan khusus, biasanya menyikat gigi dengan teknik vertikal dan horizontal dengan tekanan yang keras. Cara-cara ini tidak baik sebab bisa memicu resesi gusi dan abrasi gusi.

3. Teknik Roll atau Modifikasi Stillman

Teknik ini adalah cara yang paling sering dianjurkan sebab sederhana namun efisien dan bisa dilakukan di seluruh bagian mulut. Bulu-bulu sikat diletakkan pada gusi sejauh mungkin dari permukaan oklusal dengan ujung-ujung bulu sikat mengarah ke apeks dan sisi bulu sikat digerakkan perlahan-lahan melalui permukaan gigi sehingga bagian belakang dari kepala sikat bergerak dengan lengkungan. Pada waktu bulu-bulu sikat melalui mahkota klinis, kedudukannya hampir tegak lurus permukaan email. Gerakan ini diulang 8-12 kali setiap daerah dengan sistematis sampai tidak ada yang terlewat. Cara ini terutama sekali menghasilkan pemijatan gusi dan juga diharapkan membersihkan sisa makanan dari daerah interproksimal.

4. Vibratory Technic

a. Teknik Charter

Pada permukaan bukal dan labial, sikat dipegang dengan tangkai dalam kedudukan horizontal. Ujung-ujung bulu ditempatkan pada permukaan gigi membentuk sudut 45° terhadap sumbu panjang gigi mengarah ke oklusal. Hati-hati jangan sampai menusuk gusi. Dalam posisi ini sisi dari bulu sikat berkontak dengan tepi gusi, sedangkan ujung dari bulu-bulu sikat berada pada permukaan gigi. Setelah itu sikat ditekan sedemikian rupa sehingga ujung-ujung bulu sikat masuk ke interproksimal dan sisi-sisi bulu sikat menekan tepi gusi. Sikat digetarkan dalam lengkungan-lengkungan kecil sehingga kepala sikat bergerak secara sirkuler, namun ujung-ujung bulu sikat harus tetap pada tempat semula. Setiap kali bisa dibersihkan dua atau tiga gigi. Setelah tiga atau empat lingkaran kecil, sikat diangkat, lalu diletakkan lagi pada posisi yang sama, untuk setiap daerah dilakukan tiga atau empat kali. Jadi, ujung-ujung bulu sikat akan melepaskan debris dari permukaan gigi dan sisi bulu sikat memijat tepi gusi dan gusi interdental.

Permukaan oklusal disikat dengan gerakan yang sama, hanya saja ujung bulu sikat ditekan ke dalam ceruk dan fisura. Permukaan lingual dan palatinal umumnya sulit dibersihkan karena bentuk lengkungan dari barisan gigi. Biasanya kepala sikat tidak dipegang secara horizontal, jadi hanya bulu-bulu sikat pada bagian ujung dari kepala sikat yang bisa digunakan. Metode charter adalah cara yang baik untuk pemeliharaan jaringan tetapi keterampilan yang dibutuhkan cukup tinggi sehingga jarang orang dapat melakukannya dengan sempurna.

b. Teknik Stillman-McCall

Posisi bulu-bulu sikat berlawanan dengan charter. Sikat gigi diletakkan sebagian pada gigi dan sebagian pada gusi,

membentuk sudut 45° terhadap sumbu panjang gigi mengarah ke apikal. Setelah itu, sikat gigi ditekankan hingga gusi memucat dan dilakukan gerakan rotasi kecil tanpa mengubah letak ujung bulu sikat. Penekanan dilakukan dengan cara sedikit menekuk bulu-bulu sikat tanpa menyebabkan friksi atau trauma terhadap gusi. Bulu-bulu sikat bisa ditebuk ketiga jurusan, namun ujung-ujung bulu sikat mesti di tempatnya.

Metode Stillman-McCall ini telah diubah sedikit oleh beberapa ahli, yaitu ditambah dengan gerakan ke oklusal dari ujung-ujung bulu sikat, tetap mengarah ke apikal. Maka, setiap gerakan berakhir di bawah ujung insisal dari mahkota, sedangkan pada metode yang asli penyikatan hanya terbatas di daerah servikal gigi dan gusi.

c. Teknik Bass

Sikat diletakkan pada sudut 45° terhadap sumbu panjang gigi mengarah ke apikal dengan ujung-ujung bulu sikat di tepi gusi. Maka, saku gusi bisa dibersihkan dan tepi gusi bisa dipijat. Sikat digerakkan dengan getaran-getaran kecil ke depan dan ke belakang selama kurang lebih 10-15 detik ke setiap daerah yang meliputi dua atau tiga gigi. Untuk menyikat permukaan bukal dan labial, tangkai dipegang dalam kedudukan horizontal dan sejajar dengan lengkung gigi. Untuk permukaan lingual dan palatinal gigi belakang agak menyudut (agak horizontal) dan pada gigi depan, sikat dipegang vertikal.

5. Teknik Fones atau Teknik Sirkuler

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 dalam lingkaran-lingkaran yang lebih kecil. Karena cara ini agak sulit dilakukan di lingual dan palatinal, dapat dilakukan gerakan maju-mundur untuk daerah ini.

Teknik ini dilakukan untuk meniru jalannya makanan di dalam mulut waktu mengunyah. Teknik fones dianjurkan untuk anak kecil karena gampang digunakan.

6. Teknik Fisiologik

Untuk 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. Metode ini didasarkan atas anggapan bahwa penyikatan gigi harus menyerupai jalannya makanan, yaitu dari mahkota ke arah gusi. Setiap kali dilakukan beberapa kali gerakan sebelum berpindah ke daerah selanjutnya. Teknik ini sulit dilakukan pada permukaan lingual dari premolar dan molar rahang bawah sehingga bisa diganti dengan gerakan getaran dalam lingkaran kecil.

D. Kebersihan Gigi dan Mulut (OHI-S)

Kebersihan gigi dan mulut sangat dipengaruhi oleh endapan yang menempel di permukaan gigi seperti staining, plak, dan karang gigi. Status kebersihan gigi dan mulut bisa diukur dengan memakai *Oral Hygiene Index Simplified (OHIS)*. Menurut Green and Vermillion *OHI-S* yaitu nilai yang diperoleh dari penjumlahan antara debris indeks dan calculus indeks (Khoiriyah dkk, 2020 dalam Primawati dkk, 2020).

Cara mengukur debris dan kalkulus digunakan indeks dari Greene and Vermillion dengan memeriksa enam permukaan gigi, yaitu :

Untuk rahang atas yang diperiksa :

- a. Gigi M1 kanan atas pada permukaan bukal.
- b. Gigi I1 kanan atas pada permukaan labial.
- c. Gigi M1 kiri atas pada permukaan bukal.

Untuk rahang bawah yang diperiksa :

- a. Gigi M1 kiri bawah pada permukaan lingual.
- b. Gigi I1 kiri bawah pada permukaan labial.
- c. Gigi M1 kanan bawah pada permukaan lingual.

Menurut Syahida, dkk (2017) kriteria penilaian debris indeks dan kriteria penilaian kalkulus indeks adalah sebagai berikut :

Tabel 2.1
Kriteria Penilaian Debris Indeks

Nilai	Kriteria
0	Tidak ada debris atau pewarnaan
1	Debris menutupi tidak lebih dari 1/3 permukaan gigi
2	Debris lunak menutupi lebih dari 1/3 tapi tidak lebih dari 2/3 permukaan gigi
3	Debris menutupi lebih dari 2/3 permukaan gigi

Tabel 2.2
Kriteria Penilaian Kalkulus Indeks

Nilai	Kriteria
0	Tidak terdapat kalkulus
1	Kalkulus supragingiva menutupi tidak lebih dari 1/3 permukaan gigi
2	Kalkulus supragingiva menutupi lebih dari 1/3 tapi tidak lebih dari 2/3 permukaan gigi atau terdapat bitnik-bintik pada kalkulus subgingiva di sekeliling servikal gigi
3	Kalkulus supragingiva menutupi lebih dari 2/3 permukaan gigi atau terdapat endapan yang menebal pada kalkulus subgingiva di sekeliling servikal gigi

Tabel 2.3
Kriteria Debris Indeks dan Kalkulus Indeks

Nilai Deris Indeks/Kalkulus Indeks	Kriteria
0,0-0,6	Baik
0,7-1,8	Sedang
1,9-3,0	Buruk

Cara perhitungan indeks debris/indeks kalkulus = jumlah nilai debris/kalkulus / jumlah permukaan gigi yang diperiksa. Indeks *OHI-S* = indeks debris (DI) + indeks kalkulus (CI) (Green and Vermillion).

Tabel 2.4
Kriteria Kebersihan Gigi dan Mulut (*OHI-S*)

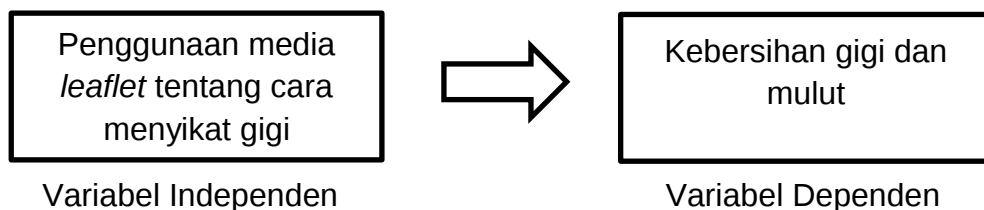
Nilai Kebersihan Gigi dan Mulut (<i>OHI-S</i>)	Kriteria
0,0-1,2	Baik
1,3-3,0	Sedang
3,1-6,0	Buruk

E. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian merupakan suatu hubungan atau kaitan antara konsep-konsep atau variabel-variabel yang akan diamati (diukur) melalui penelitian yang dimaksud (Notoatmodjo, 2010).

- a) Variabel Bebas (Independent Variable) adalah variabel yang mempengaruhi atau dianggap menentukan variabel terikat.
- b) Variabel Tergantung/Terikat (Dependent Variable) adalah variabel yang dipengaruhi.

Pada penelitian ini yang menjadi variabel independent dan dependent yaitu :



F. Definisi Operasional

1. Penggunaan media *leaflet* tentang cara menyikat gigi adalah pemahaman siswa/i tentang menyikat gigi dengan penyuluhan menggunakan media *leaflet*.
2. Kebersihan gigi dan mulut adalah skor kebersihan gigi dan mulut pada siswa/i yang diukur dengan penjumlahan debris indeks dan kalkulus indeks.