

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penyuluhan

A.1 Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mulut

Kegiatan pendidikan dengan melakukan penyebaran pesan dalam rangka menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat yang menerima pesan tak hanya sekedar, mengetahui, dan memahami, namun juga memiliki keinginan dan mampu melaksanakan suatu instruksi yang berkaitan dengan kesehatan merupakan bagian dari penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan ditandai dengan edukasi mengenai kesehatan, hal tersebut dikarenakan keduanya memiliki orientasi yang sama yaitu perubahan terhadap suatu perilaku (Azwar, 2001).

Salah satu upaya untuk menanamkan pemahaman kepada anak sejak anak masih berada pada usia dini mengenai kesehatan gigi merupakan kesehatan yang harus diperhatikan karena tidak kalah penting dengan kesehatan tubuh lainnya yang diketahui secara umum merupakan manfaat dari penyuluhan kesehatan gigi dan mulut pada anak. Sementara itu, penyuluhan kesehatan gigi dan mulut pada anak memiliki tujuan untuk mengoptimalkan pemberdayaan secara personal dan khalayak ramai agar tercapainya taraf kesehatan gigi yang lebih tepat dan hemat di masa yang selanjutnya akan dilalui. Seluruh pihak dapat terlibat dalam kegiatan penyuluhan kesehatan gigi, artinya penyuluhan tidak serta merta hanya mengandalkan dari pemerintah saja (Hariyani, 2008).

A.2 Tujuan Penyuluhan Kesehatan

Adanya suatu perubahan perilaku merupakan tujuan yang diharapkan akan tercapai setelah melakukan penyuluhan kesehatan gigi. Perilaku tersebut mencakup perilaku masyarakat, keluarga, bahkan secara individu dalam upayanya memelihara dan membina kesehatan.

Selain itu juga turut serta berperan aktif menciptakan kesehatan yang maksimal sesuai hidup yang sehat secara fisik, mental, dan sosial.

A.3 Pengetahuan

Hasil dari tahu merupakan sebuah pengetahuan. Seseorang memperoleh pengetahuan setelah ia melaksanakan pengindraan berkenaan dengan suatu objek tertentu. Manusia mempunyai indra pendengaran, penglihatan, perasa, penciuman, dan raba untuk melakukan pengindraan. Terbentuknya tindakan individu tidak terlepas dari penananan penting dari domain pengetahuan. Melalui alat indra yang dimilikinya, manusia mampu memperoleh pengetahuan dari proses pengindraan yang ia lakukan terhadap suatu objek. Persepsi tentang suatu objek menjadi salah satu faktor yang memiliki intensitas pengaruh yang tinggi terhadap waktu pengindraan hingga pemerolehan pengetahuan. Indra penglihatan (mata) dan indra pendengaran (telinga) menjadi alat indra yang memiliki persentase yang paling besar dibandingkan dengan alat indra lainnya dalam proses pemerolehan pengetahuan (Notoatmodjo, 2010).

A.4 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

1. Pendidikan

Proses pembelajaran akan dipengaruhi oleh sebuah pendidikan. Oleh sebab itu, apabila seseorang mempunyai pendidikan yang sudah tergolong tinggi, maka seseorang tersebut akan semakin mudah untuk memahami sebuah informasi. Pendidikan formal tidak satu-satunya jalur yang menghasilkan pengetahuan mutlak, namun pengetahuan juga dapat diperoleh saat dalam masa pendidikan non formal. Dua aspek yang tidak dapat dipungkiri terkandung dalam memperoleh pengetahuan mengenai suatu objek yakni aspek negatif dan aspek positif. Oleh sebab itu sikap seseorang yang terbentuk saat memperoleh pengetahuan ditentukan oleh kedua aspek tersebut. Apabila seseorang memperoleh banyak aspek positif terhadap suatu objek, maka aspek tersebut juga akan

menumbuhkan sikap yang positif pula. Pendidikan tinggi akan didapatkan oleh seseorang dari berbagai sumber baik informasi dari media massa maupun orang lain. Informasi tentang kesehatan akan semakin baik, apabila seseorang tersebut juga memperoleh beragam informasi dan mencermatinya dengan baik.

2. Media massa/ sumber

Peningkatan pengetahuan dan perubahan tingkah laku akan dimanifestasikan dari beragam penjelasan yang didapatkan baik dari menempuh pendidikan formal maupun non formal yang mampu menyuguhkan pengetahuan dalam kurun waktu yang singkat (*immediate impact*). Sajian bermacam-macam informasi yang disediakan dari berbagai platform sebagai bagian dari kemajuan teknologi mampu memberikan pengaruh masyarakat tentang informasi terbaru. Televisi, surat kabar, radio, penyuluhan, majalah, dan sarana lainnya sebagai sarana komunikasi memiliki pengaruh yang besar dalam membentuk sebuah opini yang akan memberikan kepercayaan kepada seseorang.

3. Sosial

Baik atau tidaknya sesuatu yang dilakukan seseorang juga dipengaruhi oleh budaya, ekonomi, kebiasaan, dan tradisi melalui penalarannya. Upaya melakukan suatu kegiatan tertentu juga sangat dipengaruhi oleh status sosial ekonomi. Oleh sebab itu status sosial dan ekonomi juga turut serta memberikan pengaruh terhadap pengetahuan seseorang.

4. Lingkungan

Segala sesuatu yang berada di sekitar seseorang yang meliputi lingkungan biologis, sosial, dan fisik merupakan definisi dari lingkungan. Proses pemerolehan pengetahuan oleh individu juga akan dipengaruhi oleh lingkungan dimana ia menetap. Adanya timbal balik yang memerlukan respon menjadi sebuah pengetahuan yang diperoleh dari lingkungan. Selain itu, pengalaman juga merupakan sumber pemerolehan pengetahuan baik pengalaman orang lain maupun pengalaman pribadi.

Melalui pengalaman akan memberikan keyakinan kepada individu tentang kebenaran dari sebuah pengetahuan yang diperoleh.

5. Usia

Pola pikir dan daya tangkap seseorang terhadap tafsiran mengenai suatu objek juga dipengaruhi oleh usia. Oleh sebab itu orang dewasa diyakini memiliki pengetahuan yang lebih luas dan banyak, karena pola pikir dan daya tangkap yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang masih berusia tergolong muda, meskipun tidak mutlak (Yuliana, 2017).

6. Pengalaman

Seseorang yang sudah memiliki banyak pengalaman diketahui bahwa ia memiliki wawasan yang lebih luas dan banyak mengenai suatu hal. Semakin banyak pengalaman, maka semakin banyak pula pemerolehan pengetahuannya.

Berdasarkan penjelasan mengenai pengetahuan di atas, diperoleh kesimpulan bahwa pengetahuan adalah menjadi omain yang sangat esensial dari pembentukan dan perubahan tingkah laku seseorang yang harapannya mengarah kepada hal yang lebih positif sebagai hasil interpretasinya terhadap suatu objek yang melibatkan alat penginderaan. Terdapat sejumlah faktor yang mempengaruhi pemerolehan pengetahuan, seperti pengalaman, usia, lingkungan, sosial, media massa, dan pendidikan.

A.5 Media Penyuluhan

A.5.1 Media Video Animasi



Gambar 2.1 Media Video Animasi

Pelaksanaan kegiatan belajar yang dilakukan oleh guru dan siswa memerlukan beragam hal-hal yang akan mendukung pelaksanaan proses pembelajaran yang disesuaikan dengan tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan dan ditentukan. Salah satu perangkat yang akan mendukung kegiatan pembelajaran yaitu adanya suatu media pembelajaran. Media pembelajaran memiliki kedudukan yang esensial dalam mendukung keterlaksanaan pembelajaran. Hal tersebut karena media pembelajaran dapat mengakomodasi siswa untuk dapat secara aktif, kreatif, serta menambah ketertarikannya dalam belajar karena suasana belajar yang tercipta sangat inovatif dan interaktif. Di era ini, diketahui dalam pembelajaran sudah sangat banyak jenis-jenis media pembelajaran dalam mendukung kegiatan belajar di kelas, namun pada penelitian ini peneliti menetapkan video animasi menjadi media pembelajaran yang akan dipakai untuk menyuguhkan penyuluhan berkenaan dengan kesehatan gigi dan mulut. Media video animasi yakni media pembelajaran yang memadukan unsur gambar dan suara yang memiliki kesinambungan untuk menyajikan sebuah video maupun animasi.

Menurut Rahmayanti (2016), ia menjelaskan bahwa media audio visual yang mengombinasikan gambar animasi yang bergerak senada dengan suara yang diperdengarkan sesuai dengan karakter animasi yang ditayangkan merupakan pengertian dari sebuah video animasi. Pendapat lain dikemukakan oleh Husni (2021:17) yang menyatakan bahwa adanya pergerakan dari satu frame ke frame lainnya yang menunjukkan pergerakan berbeda disetiap waktunya dalam durasi video yang ditentukan sampai menampilkan gambar bergerak yang senada dengan suara yang mendukung gambar bergerak tersebut merupakan definisi dari sebuah media video animasi. Sementara itu Johari et al (2014) mengemukakan pendapat bahwa media video animasi adalah suatu penyajian suatu objek yang bergerak atau berubah posisi. Selain pergerakan objek, perubahan bentuk dan warna juga disebutkan sebagai bagian dari media video animasi.

Berdasarkan uraian penjelasan mengenai definisi media pembelajaran video animasi diatas, diperoleh kesimpulan bahwa media pembelajaran berbasis video animasi adalah sebuah media yang dikategorikan kedalam jenis media audio visual yang mana di dalamnya terdapat pesan dan informasi sesuai dengan tujuan dan target sasaran dari pesan yang akan disampaikan melalui tayangan gambar yang bergerak dari satu frame ke frame yang lain dengan durasi waktu yang telah ditetapkan yang dikombinasikan dengan suara-suara yang tentunya selaras dengan pergerakan gambar pada tayangan video yang diperlihatkan kepada siswa.

Media pembelajaran video animasi pada umumnya dikenal dengan video yang menyuguhkan gambar berbentuk kartun. Oleh sebab itu media ini sangat cocok digunakan untuk melakukan penyuluhan di jenjang pendidikan Sekolah Dasar, karena anak yang cenderung menyukai animasi yang menarik perhatiannya sehingga pesan yang hendak disampaikan pada kegiatan penyuluhan tersampaikan dengan baik. Senada dengan hal tersebut, manfaat media pembelajaran video animasi dikemukakan oleh Andi Prastowo (2012), ia menyatakan bahwa media pembelajaran video animasi mengandung beberapa manfaat sebagai berikut.

- 1) Penggunaan media video animasi memungkinkan siswa memperoleh pengalaman yang lebih aktual yang tidak akan disangka-sangka oleh peserta didik.
- 2) Digunakan dalam upaya menganalisis suatu perubahan pada suatu masa tertentu dengan media yang sama.
- 3) Peserta didik akan antusias dalam melakukan diskusi karena tampilan video animasi yang menayangkan studi kasus mengenai kehidupan secara aktual.

Sedangkan pendapat lain dikemukakan oleh Zainal, A (2013) yang menguraikan manfaat media pembelajaran video animasi yakni sebagai berikut.

- 1) Ketertarikan dan sikap konsentrasi saat melangsungkan kegiatan pembelajaran akan tumbuh saat pembelajaran menggunakan media pembelajaran video animasi.
- 2) Menunjukkan perubahan tingkah laku siswa berupa keikutsertaan emosional siswa saat mencermati tayangan isi video yang menyajikan pesan dengan melibatkan indra penglihatan (visual) dan indra pendengaran (audio).
- 3) Siswa yang daya tangkapnya tergolong lemah akan terbantu dengan adanya penggunaan video animasi sebagai media pembelajaran di kelas karena akan membantu siswa tersebut dalam menanamkan ingatan mengenai topik yang dibahas.

Berlandaskan uraian pendapat diatas tentang manfaat video animasi sebagai media pembelajaran yakni adanya bergama manfaat yang disuguhkan ketika menggunakan media video animasi, seperti memudahkan siswa dalam mengingat isi pokok materi bahasan, menarik minat dan ketertarikan siswa saat belajar, memungkinkan siswa untuk melakukan diskusi secara lebih rinci, dan lain sebagainya.

Setiap perangkat pembelajaran, termasuk media pembelajaran tidak dapat dipungkiri dari keberadaan kelemahannya namun juga memiliki kelebihan dalam penggunaannya yang dijelaskan pada uraian berikut ini. adapun hal-hal yang menjadi kelebihan penggunaan media pembelajaran video animasi yakni sebagai berikut.

- 1) Penggambaran karakter yang terbilang unik akan membuat pesan yang dimuat di dalamnya mudah untuk diingat.
- 2) Fokus hanya pada satu sasaran yang hendak dicapai.
- 3) Fleksibel untuk diproduksi kapan pun.
- 4) Memberikan stimulasi yang baik bagi peserta didik dalam mengikuti setiap langkah pembelajaran.
- 5) Menepis keterbatasan ruang dan waktu, artinya dapat digunakan dimanapun dan kapanpun.

6) Menumbuhkan motivasi siswa agar lebih antusias dalam mengikuti setiap proses pembelajaran yang berlangsung.

7) Menumbuhkan daya imajinasi yang abstrak dan tidak terbatas.

Sementara itu, hal-hal yang menjadi kelemahan media pembelajaran video animasi yakni terlihat pada uraian penjelasan berikut ini.

- 1) Dalam proses pembuatannya, diperlukan daya kreaititas yang tinggi dan juga mempertimbangkan nilai estetika agar video yang ditampilkan tidak menciptakan rasa bosan dan monoton bagi peserta didik, sehingga orang yang tidak memiliki daya kreatifitas yang tinggi tidak memungkinkan pula dapat menyajikan media pembelajaran video animasi yang menarik.
- 2) Kekhususan software dalam membuka media yang akan ditampilkan.
- 3) Pendidik harus memahami dengan baik apa yang hendak dituju dari sebuah kegiatan belajar yang dilakukan, tidak hanya berorientasi untuk menarik perhatian siswa dengan memanjakannya melalui tayangan video animasi tanpa adanya pemahaman materi yang lebih rinci untuk diingat sebagai pengetahuan bagi peserta didik.

A.5.2 Media Poster



Gambar 2.2 Media Poster

Media pembelajarn poster merupakan media yang menyuguhkan pesan melalui perpaduan unsur-unsur yang melibatkan indra penglihatan yang maksudnya untuk menarik perhatian serta mampu mengomunikasikan pesan dengan cepat dan tepat. Unsur-unsur yang diacu pada penejelasan tersebut yakni unsur yang terdiri dari warna, gambar garis, maupun kata-kata yang tentunya dirancang secara menarik dan kreatif. Suatu peringatan, pemberitahuan, maupaun penggugah selera yang berisi gambar yang berwarna dan iringan teks yang variatif merupakan isi dari sebuah poster. Kombinasi antara unsur-unsur seperti garis, kata-kata, gambar yang melibatkan indra penglihatan, artinya secara visual menyajikan informasi yang akan menarik perhatian lewat pesan singkat yang tersirat maupun tersurat dari sebuah poster (Sri Anitah, 2008).

Kombinasi visual secara kuat dirancang dalam sebuah poster dengan paduan warna dan gambar yang menyajikan pesan untuk membujuk atau menarik perhatian orang dalam waktu yang cukup ringkas namun dapat diingat dalam kurun waktu yang cukup panjang ditanamkan oleh gagasan yang tercantum dalam poster terhadap ingatan seseorang (Nana Sudjana dan Ahmad Rivai, 2010).

Berdasarkan uraian-uraian penjelasan mengenai definisi poster diatas, dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran poster adalah media yang menyajikan pesan secara singkat namun tepat melalui padanan unsur-unsur viasual yang dirancang se kreatif mungkin untuk menarik perhatian orang yang melihatnya dan memberikan ingatan yang khas mengenai pesan yang terdapat dalam poster yang ditampilkan.

Poster memiliki cir-ciri atau karakteristik khusus, sehingga poster mudah untuk dikenali. Adapau ciri-ciri dari poster yaitu sebagai berikut.

- 1) Bentuknya yang sederhana
- 2) Ide pokok yang disajikan hanya berfokus pada satu tujuan pokok yang hendak dicapai

- 3) Poster pada umumnya disajikan dengan paduan-aduan warna yang dikombinasikan secara kreatif
- 4) Slogannya yang ringkas namun tepat sasaran untuk menyampaikan sebuah pesan
- 5) Tulisannya yang tidak terlalu panjang dan sangat jelas, sehingga mudah untuk diingat
- 6) Menggunakan variasi motif dan desain yang akan menarik perhatian orang yang akan melihatnya

Tidak berbeda hal dengan media pembelajaran video animasi, media pembelajaran poster juga memiliki sejumlah kelebihan dan kelemahan ketika menggunakannya dalam pembelajaran. Kelebihan dan kelemahan tersebut dapat dilihat pada uraian penjelasan berikut ini.

Kelebihan media pembelajaran poster dalam kegiatan belajar yakni sebagai berikut.

- 1) Tidak memerlukan tempat yang khusus untuk memajang sebuah poster, artinya dapat dipasang di mana saja.
- 2) Bahasa yang digunakan cenderung sederhana namun pasti dalam menyampaikan maksud yang dituju
- 3) Tidak hanya digunakan pada satu kesempatan saja, namun dapat digunakan secara berulang
- 4) Mengakomodasi siswa dalam mengingat materi yang dibahas dalam bentuk yang sederhana dan pada intinya

Kelemahan media pembelajaran poster dalam kegiatan belajar yakni sebagai berikut.

- 1) Tidak semua orang memiliki peluang yang sama dapat menciptakan sebuah poster yang benar-benar kreatif dan dapat menyampaikan pesan secara jitu, artinya diperlukan suatu keahlian dalam bidang desain dan ilustrasi yang baik.
- 2) Simbol-simbol maupun kata-kata yang dimuat juga dapat menimbulkan tafsir ganda bagi orang yang membacanya.

B. Kesehatan Gigi dan Mulut

B.1. Defenisi Kesehatan Gigi dan Mulut (Sriyono, 2009)

Gigi dan mulut menjadi bagian yang tidak boleh diabaikan kebersihannya, sebab mulut satu-satunya organ yang dapat memasukkan kuman ke seluruh tubuh apabila seseorang tidak memperhatikan kebersihannya. Hal tersebut dapat memicu beberapa penyakit pada gigi dan mulut. Oleh sebab itu menjaga kesehatan gigi dan mulut juga memiliki kedudukan yang esensial bagi kesehatan seluruh tubuh.

Upaya atau langkah terbaik untuk dapat mempertahankan kebersihan gigi dan mulut yaitu dengan cara rajin menyikat gigi minimal sesuai dengan ketentuan yang eberlaku yaitu minimal menyikat gigi sebanyak dua kali dalam sehari. Plak dan kotoran dari sisa-sisa makanan dari aktivitas konsumsi juga akan hilang atau berkurang apabila kita rajin menyikat gigi secara teratur. Selain rajin menyikat gigi secara teratur, seseorang juga disarankan agar mengurangi kegiatan mengigit benda atau makanan yang terlalu keras, dan makanan yang terlalu dingin maupun terlalu panas.

Kesehatan gigi atau kesehatan rongga mulut adalah suatu keadaan rongga mulut baik yang meliputi struktur jaringan maupun gigi geligi sebagai pendukung bebasnya gigi dari sebuah penyakit rongga mulut, seperti sakit gigi. Memastikan elemen rongga mulut dapat berfungsi secara optimal akan menumbuhkan rasa percaya diri dan meningkatkan hubungan intepersonal seseorang.

B.2. Faktor yang mempengaruhi Kebersihan Gigi dan Mulut (Nurjanah, 2010)

Kebersihan gigi didukung oleh beberap faktor. Faktor-faktor ttersebut yakni sebagai berikut.

a. Menyikat gigi

- 1) Putri, Herijulianti, dan Nurjanah (2010) mendefinisikan bahwa menyikat gigi ialah suatu kegiatan seseorang yang wajib dilakukan

setelah melakukan aktivitas konsumsi untuk membersihkan sisa-sisa makanan dan debris yang tujuannya yaitu untuk menghindari terjadinya penyakit pada jaringan lunak maupun keras dari rongga mulut.

- 2) Manson (dalam Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010) menjelaskan bahwa terdapat frekuensi dalam aktivitas menyikat gigi. Menyikat gigi yang baik yaitu dilakukan minimal dua kali dalam sehari yaitu setelah sarapan pagi dan sebelum tidur di malam hari.
- 3) Adapun cara-cara menyikat gigi yang baik dapat dilihat pada uraian berikut ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Sariningsih (2012).
 - a) menyiapkan sikat gigi dalam keadaan kering dengan pasta yang didalamnya terkandung fluor, kemudian pasta yang digunakan yang sebesar satu butir kacang tanah saja atau seperempat dari permukaan sikat gigi.
 - b) Melakukan kumur-kumur terlebih dahulu sebelum menyikat gigi.
 - c) Selanjutnya yaitu, memajukan rahang bawah agar sebidang dengan rahang atas. Lalu, sikatlah gigi dengan gerakan vertikal yaitu ke atas lalu kebawah pada rahang bawah dan juga rahang atas.
 - d) Dengan gerakan maju mundur, sikatlah seluruh dataran yang digunakan untuk mengunyah pada bagian gigi atas dan gigi bawah. Minimal melakukan 8 kali gerakan sikat gigi untuk setiap permukaan pengunyahan.
 - e) Lakukan gerakan naik dan turun serta sedikit memutar pada bagian permukaan gigi yang menghadap ke arah pipi.
 - f) Pada bagian gigi depan rahang bawah yang menghadap ke arah lidah sikatlah dengan cara menyikat posisi sikat ke arah luar rongga mulut.
 - g) Pada bagian gigi belakang rahang bawah yang menghadap ke arah lidah sikatlah dengan gerakan sikat mencongkel keluar.

- h) Pada bagian gigi depan rahang atas yang menghadap ke arah langit-langit sikatlah dengan gerakan sikat mencongkel ke luar rongga mulut.
- i) Pada bagian gigi belakang rahang atas yang menghadap ke arah langit-langit sikatlah dengan gerakan sikat mencongkel.

b. Alat-alat menyikat gigi

a) Sikat gigi

(1) Pengertian sikat gigi

Alat oral fisioterapi yang dipakai secara umum untuk dapat membantu pembersihan gigi dan mulut adalah pengertian dari sikat gigi. Ragam sikat gigi dapat ditemukan dipasaran, baik sikat manual maupun elektrik dengan beragam bentuk dan ukuran yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan. Adanya keragaman sikat gigi yang banyak, menganjurkan penggunaanya dapat memperhatikan keefektifannya dalam membersihkan sikat gigi dan mulut (Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010).

(2) Putri, Herijulianti, dan Nurjanah (2010) menguraikan beberapa syarat yang harus dipenuhi untuk kriteria sikat gigi yang efektif dan ideal yakni sebagai berikut.

- (a) Sikat gigi harus memiliki tangkai yang tebal dan lebar dan pas untuk digenggam dan stabil, sehingga kuat untuk menyikat gigi.
- (b) Kepala sikat disesuaikan dengan sasaran penggunaanya. Apabila untuk pengguna dewasa, maka kepala sikat maksimal berukuran 25-29 x 10 mm, untuk anak-anak maksimal berukuran 15-24 x 7 mm, untuk anak balita maksimal berukuran 18 mm x 7 mm.
- (c) Tekstur sikat gigi didesain dengan efektif agar tidak menyebabkan kerusakan atau gangguan pada jaringan keras maupun lunak pada rongga mulut.

b) Pasta gigi

Pasta gigi umumnya digunakan secara bersama-sama dengan sikat gigi untuk dapat memberikan kebersihan yang optimal pada permukaan gigi geligi. Selain itu, untuk memberikan rasa yang nyaman pada rongga mulut. Kesan nyaman dan menyegarkan dapat diperoleh dari aroma dan kandungan pada pasta gigi yang digunakan (Herijulianti, dan Nurjanah 2010).

Kandungan yang terdapat dalam pasta gigi biasanya bersifat abrasi pada kotoran dalam rongga mulut serta membersihkan, adanya penambahan warna, rasa manis, pengawet, fluor, air dan bahan pelembab. Kalsium karbonat merupakan bahan abras yang terkandung dalam pasta gigi yang juga diiringi dengan aluminium hidroksida sebanyak 20%-40% dari isi pasta gigi (Putri, 2010).

c) Gelas kumur

Untuk merampungkan aktivitas pembersihan gigi setelah menggunakan sikat gigi dan pasta gigi yaitu menggunakan gelas kumur-kumur yang berisi air bersih. Air yang dianjurkan yaitu air yang bersih yang matang, namun juga boleh hanya menggunakan air yang bersih dan jernih (Putri, Herijulianti, dan Nurjanah 2010).

d) Cermin

untuk dapat menjangkau dan melihat seluruh bagian gigi saat menyikat gigi diperlukan cermin untuk melihat plak yang akan digosok agar bersih dari permukaan gigi (Putri, Herijulianti, dan Nurjanah 2010).

c. Jenis Makanan

Tarigan (2013) menjelaskan bahwa makanan memiliki fungsi mekanis yang memberikan pengaruh dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut yakni sebagai berikut.

- 1) Makanan yang mengandung banyak air dan berserat seperti sayur-sayuran dan buah-buahan merupakan makanan yang memiliki sifat dapat membersihkan gigi.

- 2) sementara itu, makanan yang manis dan mudah melekat pada permukaan gigi digolongkan sebagai makanan yang dapat merusak gigi, diantaranya yaitu biskuit, permen, coklat, dan lain sebagainya.

d. Merokok

Merokok sudah menjadi suatu tindakan yang banyak merugikan kesehatan yang diketahui secara umum, begitu juga terhadap kesehatan gigi dan mulut yang menyebabkan perubahan warna gigi (stain) dan menimbulkan karang gigi (calculus) yang dapat dijelaskan lebih lanjut pada uraian berikut ini.

- 1) Pewarnaan pada gigi (stain)

Tar dan nikotin yang terkandung dalam sebatang rokok dapat mengendap ke permukaan gigi yang akan menimbulkan perubahan warna pada gigi yang berubah menjadi kecoklatan dan kehitam-hitaman. Pewarnaan tersebut tidak dapat dimusnahkan hanya dengan menyikat gigi biasa, hal tersebut biasanya mengganggu masalah estetika atau penampilan.

- 2) Karang gigi (calculus)

Apabila tidak sesegera mungkin melakukan pengendalian mengenai plak pada gigi yang disebabkan oleh rokok, maka bakteri yang berada di dalam plak akan semakin banyak dan terjadi penambahan massa pada plak yang akan membuat plak menjadi semakin keras yang sering dikenal dengan karang gigi (calculus). Karang gigi tersebut biasanya berwarna coklat kehitaman dan mengandung aroma bau tidak sedap. Tidak berbeda dengan pewarnaan, karang gigi tidak dapat dihilangkan hanya dengan melakukan sikat gigi biasa.

e. Jenis kelamin

Hungu (2007) menyatakan bahwa perbedaan antara laki-laki dan perempuan yang ditinjau dari faktor biologi sejak lahir adalah pengertian jenis kelamin. Berhubungan dengan pengertian tersebut, Kartono (2007)

menjelaskan bahwa jenis kelamin memberikan pengaruh terhadap intensitas kebersihan gigi dan mulut. Diketahui bahwa pada dasarnya laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan yang spesifik tidak hanya pada fisik, namun juga karakteristik yang dimiliki secara umum. Hal tersebut mengacu pada karakteristik perempuan yang cenderung lebih rajin dan sangat memperhatikan estetika, sehingga perempuan sangat perhatian terhadap keadaan gigi jika dibandingkan dengan laki-laki yang terkesan tidak acuh terhadap kesehatan gigi dan mulut.

B.3 Cara mudah menjaga kesehatan gigi dan mulut

1. Jangan sikat gigi terlalu keras

Menghilangkan plak yang menempel pada gigi merupakan salah satu tujuan dari menyikat gigi. Tetapi, jika menyikat gigi dilakukan dengan cara yang terlalu keras dapat menimbulkan robekan pada gusi dan mengikis enamel gigi yang relatif tipis dan mudah robek. Sebagai akibat dari aktivitas menyikat gigi yang terlalu keras, maka gigi akan menjadi lebih sensitif dibanding dengan sebelumnya. Selain menyikat terlalu keras, menyikat gigi dengan cara yang tidak benar dapat menyebabkan penumpukan plak gigi sehingga semakin mengeras yang mengakibatkan peradangan gusi (gingivitis). Teknik yang lembut harus diperhatikan ketika menyikat gigi dengan cara memutar dan memijat gigi. Durasi yang efektif untuk menyikat gigi yaitu selama dua menit.

2. Sikat gigi sebelum tidur

Waktu yang dianjurkan untuk menyikat gigi yaitu sebanyak dua kali sehari yaitu bangun pagi dan sebelum beranjang tidur di malam hari. Sikat gigi sebelum tidur diketahui mampu menghilangkan plak dan kuman pada gigi yang telah menumpuk sepanjang hari setelah melakukan kegiatan konsumsi. Selain menyikat permukaan gigi, seseorang juga harus menyikat bagian lidah, karena pada lidah juga terdapat plak dan kuman yang menempel, sehingga perlu disikat agar kuman bisa hilang.

3. Gunakan pasta gigi berfluorida

Unsur alami yang terdapat di beberapa banyak hal seperti pada makanan dan air minuman yang dikonsumsi yaitu fluorida. Sel-sel yang menguatkan dan membangun enamel gigi dapat dilakukan oleh fluorida yang diserap oleh tubuh melalui makanan maupun minuman yang dikonsumsi. Kandungan Fluorida menjadi sebuah pertahanan utama untuk mencegah kerusakan gigi yang bekerja untuk memerangi kuman yang menjadi sumber kerusakan gigi, serta menyediakan perlindungan alami untuk gigi Anda. Oleh sebab itu, sangat dianjurkan untuk menggunakan pasta gigi dengan kandungan fluorida.

4. Jangan merokok

Tembakau yang digunakan sebagai bahan utama pada rokok menyebabkan gigi mengalami perubahan warna yang akan menguning dan membuat bibir menjadi hitam. Risiko kanker mulut dan penyakit pada gusi dapat berlipat ganda jika seseorang merokok. Oleh sebab itu, merokok merupakan aktivitas yang sangat tidak dianjurkan.

5. Minum lebih banyak air

Bagi kesehatan tubuh secara keseluruhan, air sangat bermanfaat dan baik untuk dikonsumsi, tidak terkecuali pada kesehatan gigi dan mulut. Dengan banyak minum air akan membantu membersihkan kotoran dalam mulut tanpa menyikat gigi secara terus menerus. Dengan minum air yang bersih dan jernih akan meminimalisir efek negatif yang kemungkinan akan ditimbulkan oleh makanan dan minuman yang sifatnya mengganggu kesehatan gigi dan mulut. Oleh sebab itu, meskipun rasa air putih hambar, tapi air membawa banyak manfaat bagi kesehatan tubuh.

6. Batasi konsumsi makanan yang manis dan asam

Tindakan untuk mengurangi makanan yang terlalu manis dan asam adalah suatu langkah yang wajib dilakukan agar tidak menimbulkan kerusakan gigi dan mulut. Hal tersebut karena makanan asam dan manis akan diubah oleh bakteri menjadi zat asam yang akan merusak enamel gigi yang akan menyebabkan gigi mudah keropos atau terjadi erosi gigi.

Hal tersebut juga menyebabkan faktor penyebab gigi berlubang. Hal yang dilakukan tidak diarpakan sepenuhnya menghindari konsumsi gula, namun dapat dilakukan dengan cara mengurangi jumlah konsumsinya setiap hari atau membuat batas takaran konsumsi.

7. Makan makanan yang bergizi

Tidak berbeda jauh dengan air, makanan yang bergizi juga membawa banyak manfaat terhadap kesehatan gigi dan mulut. Makanan yang diacu sebagai makanan bergizi yakni sayuran, buah-buahan, biji-bijian, produk susu, dan kacang-kacangan yang dapat menyediakan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Sebuah studi menghasilkan riset bahwa omega 3 merupakan jenis lemak yang dikategorikan sehat dalam makan laut yang dapat meminimalisir risiko peradangan yang dapat menurunkan risiko penyakit gusi.

C. Kerangka Konsep

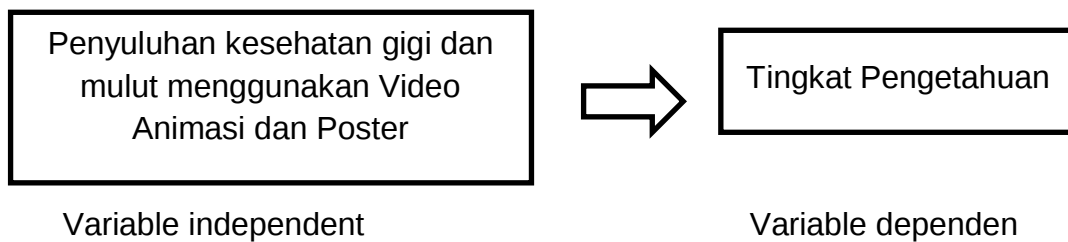
Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa kerangka konsep yakni kerangka hubungan antara konsep-konsep yang hendak diukur maupun diamati jika melakukan sebuah penelitian. Menunjukkan adanya keterkaitan hubungan antara variabel-variabel harus termuat dari sebuah kerangka konsep. Variabel yang dikaji dalam penelitian adalah variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*).

1. Variabel bebas (*independent*)

Menurut sugiyono (2018) variable independen yaitu variable bebas yang dapat memberikan pengaruh atau menjadi sebab perubahannya atau munculnya variabel dependen (terikat). Dari variabel independent dalam penelitian ini yaitu desain produk, daya tarik iklan dan citra merek.

2. Variabel terikat (*dependent*)

Menurut sugiyono (2018) variable dependen atau variable terikat merupakan variable yang di suatu pengaruh atau yang menjadi akibat, berkaitan dengan adanya variable bebas (respon).



E. Definisi Operasional

Definisi operasional yang diuraikan dibawah ini akan memperjelas tujuan penelitian yang hendak dicapai, sehingga ditentukan definisi operasional sebagai berikut.

1. Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut yakni suatu upaya untuk menyampaikan informasi kesehatan gigi dan mulut dengan menggunakan media vidio animasi dan poster pada Siswa/i SD 064023 Kecamatan Medan Tuntungan Kota Medan.
2. Media video animasi yakni suatu langkah pembelajaran yang menggunakan media yang mengandung unsur vidio
3. Media poster adalah sebuah desain grafis yang mengandung teks, gambar yang memiliki tujuan untuk menyampaikan sebuah informasi maupun pesan.
4. Pengetahuan yaitu hasil pemahaman dari responden tentang kesehatan gigi dan mulut pada Siswa/i SD 064023 Kecamatan Medan Tuntungan Kota Medan.