

**UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT  
MELALUI PERUBAHAN PERILAKU ANAK**

***IMPROVING OF THE ORAL AND DENTAL HEALTH  
BY CHANGING CHILD BEHAVIOUR***

Eriska Riyanti & Risti Saptarini  
Bagian Kedokteran Gigi Anak  
Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran

**Abstrak**

Pendidikan kesehatan gigi dan mulut merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan gigi dan mulut pada anak. Penyuluhan harus dibuat semenarik mungkin, atraktif, tanpa mengurangi isinya. Pendidikan dilakukan melalui demonstrasi secara langsung, program audio visual, atau melalui sikat gigi massal yang terkontrol. Penulisan makalah ini bertujuan untuk membahas langkah-langkah yang dapat dilakukan dalam merubah perilaku anak terhadap kesehatan gigi dan mulut melalui teori-teori perkembangan anak.

Upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut seharusnya dilakukan sejak usia dini. Usia sekolah dasar merupakan saat yang ideal untuk melatih kemampuan motorik seorang anak, termasuk diantaranya menyikat gigi. Proses pendidikan kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu proses pendidikan yang timbul atas dasar kebutuhan akan kesehatan gigi dan mulut.

Dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan gigi dan mulut kepada anak sekolah harus diberikan secara berulang-ulang dan menarik, untuk itu dibutuhkan kerjasama yang baik antara siswa, guru, dan orang tua.

**Kata kunci :** kesehatan gigi dan mulut, perubahan, tingkah laku

***Abstract***

*Dental health education is an effort for improving oral and dental health in children. It should be interesting, attractive elucidation without reducing the educational content. It can be done by demonstration, audio visual program, or controlled mass teeth brushing instruction. This paper is intended to review several steps for changing the oral and dental health behavior of children based on the theory of growth and development.*

*Oral and dental health care should be done since in the earlier age. The Elementary school aged is the most ideal period for training children motor skills, such as brushing their teeth. The oral and dental health education process is an effort which needed for oral and dental health.*

*It may be concluded that oral and dental health education toward school children should be given repeatedly and interestingly and need cooperation among students, teachers, and their parents in the education process.*

**Keywords:** oral health, improving, behavior

## **PENDAHULUAN**

Perilaku adalah aksi, reaksi, terhadap perangsangan dari lingkungan.,<sup>1</sup> bisa berupa respon pasif atau tanpa tindakan, maupun aktif dengan tindakan. Perilaku dapat mengalami suatu perubahan yang relative menetap. Perubahan perilaku terjadi melalui suatu proses belajar, latihan, dan pengalaman. Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang pendidikan sehingga keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan amat bergantung pada proses belajar selama anak berada di sekolah maupun di lingkungan rumah atau keluarganya. Perubahan dan kemampuan untuk berubah merupakan batasan dan makna yang terkandung dalam belajar.<sup>2</sup>

Proses belajar merupakan bagian dari sebuah proses pendidikan. Melalui proses pendidikan terjadi penambahan atau pengurangan serta penyempurnaan pola perilaku, sehingga diperoleh hasil lebih baik.<sup>3</sup> Pendidikan kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu proses pendidikan yang timbul atas dasar kebutuhan kesehatan gigi dan mulut yang bertujuan untuk menghasilkan kesehatan gigi dan mulut yang baik dan meningkatkan taraf hidup.<sup>4,5</sup> Pendidikan dapat disampaikan kepada anak melalui ceramah ataupun demonstrasi langsung dengan model<sup>6</sup>

Upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut sebaiknya dilakukan sejak usia dini. Peran sekolah sangat diperlukan dalam proses menciptakan kebiasaan menyikat gigi pada anak. Usia sekolah dasar merupakan saat ideal untuk melatih kemampuan motorik seorang anak, termasuk menyikat gigi.<sup>7,8</sup> Pendidikan cara menyikat gigi bagi anak-anak sebaiknya menggunakan model dan dengan teknik

sesederhana mungkin; disampaikan dengan cara menarik dan atraktif tanpa mengurangi isi, misalnya demonstrasi secara langsung, program audio visual, atau melalui sikat gigi massal yang terkontrol. Makalah ini bertujuan untuk membahas langkah-langkah yang dapat dilakukan dalam merubah perilaku anak terhadap kesehatan gigi dan mulut melalui teori-teori perkembangan anak.

## **PERILAKU ANAK**

Perilaku manusia yang sangat dipengaruhi oleh karakteristik individu dan lingkungannya. Faktor lingkungan memiliki kekuatan besar dalam menentukan perilaku atau kebiasaan individu. Kebiasaan dilakukan dalam kehidupan seseorang sehari-hari tanpa adanya perasaan terpaksa.<sup>9</sup> Definisi lain menyebutkan bahwa perilaku adalah kegiatan individu atas sesuatu yang berkaitan dengan individu tersebut, yang diwujudkan dalam bentuk gerak atau ucapan.<sup>10</sup> Dari kedua definisi terlihat bahwa banyak faktor-faktor yang membentuk perilaku seseorang. Perilaku setiap orang akan berbeda dengan orang lain, namun perlu diingat bahwa perilaku dapat dibentuk sejak kecil. Lingkungan rumah terdekat yaitu orang tua, saudara kandung, dan pengasuh merupakan pembentuk tingkah laku utama pada anak.

Pengetahuan adalah kesan di dalam **pi**ran manusia sebagai hasil penggunaan panca indera dan sangat berbeda dengan kepercayaan (*beliefs*), takhyul (*spersitious*) dan penerangan yang keliru (*misinformation*).<sup>11</sup> Pengetahuan juga dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang diketahui,<sup>12</sup> terbentuk dari pengalaman yang berulang-ulang, yang dapat menerangkan korelasi antara suatu peristiwa dengan peristiwa lainnya.<sup>13</sup> Pengetahuan merupakan salah satu penentu di dalam membentuk perilaku. Semakin besar usia anak maka peran

pengetahuan akan semakin terlihat. Pendidikan formal merupakan tempat utama seorang anak meningkatkan pengetahuan, para guru serta teman-teman sebaya adalah sumber informasi yang mudah diperoleh oleh anak, sehingga peran seorang guru dan teman adalah sangat besar.

Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang yaitu pikiran dan perasaan, orang yang amat berarti, sumber daya, dan budaya. Pikiran dan perasaan dibentuk oleh pengetahuan yang umumnya diperoleh dari pengalaman dan juga dari informasi, kepercayaan umumnya diajarkan oleh orang tua dan orang yang dihormati dan diterima tanpa mencoba untuk membuktikan bahwa hal itu benar, sikap memercikan kesenangan atau ketidaksenangan seseorang terhadap sesuatu dan berasal dari pengalaman atau dari orang lain, nilai yang sebenarnya merupakan kepercayaan dan bakuan yang dianut dan amat penting. Perilaku dapat juga ditumbuhkan oleh orang yang amat berarti dalam hidup. Bila seseorang amat berarti, maka orang tersebut akan mendengarkan petunjuknya dan akan berusaha meneladaninya. Orang yang berarti ini misalnya orang tua, tokoh agama, pemimpin masyarakat, teman dekat, rekan kerja, orang yang berpengalaman luas dan mempunyai keahlian khusus, dan orang yang sudi membantu ketika seseorang terimpa kesusahan. Sumber daya meliputi sarana, dana, waktu, tenaga pelayanan, keterampilan, dan bahan. Budaya atau pola hidup merupakan kombinasi dari berbagai hal yang dibicarakan oleh seseorang. Perilaku adalah salah satu dari budaya, sedangkan budaya itu sendiri berpengaruh pada perilaku.

Usia anak merupakan masa untuk meniru segala sesuatu yang dilihatnya, baik tingkah laku orang dewasa maupun sebaya. Anak belum dapat membedakan

mana yang baik dan tidak, penjelasan mengenai segala sesuatu yang dilarang maupun yang diperbolehkan harus disertai dengan penjelasan-penjelasan yang mudah dimengerti. Anak akan menyukai hal-hal yang sering dilihatnya sehari-hari, oleh karena itu pemberian contoh hendaknya dilakukan dengan mencari dari kehidupan sehari-hari.

## **PENDIDIKAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT**

Pendidikan kesehatan gigi adalah suatu proses belajar yang timbul oleh karena adanya kebutuhan kesehatan sehingga menimbulkan aktivitas-aktivitas perseorangan atau masyarakat dengan tujuan untuk menghasilkan kesehatan yang baik.<sup>4</sup>

Proses pendidikan adalah proses transformasi atau perubahan kemampuan potensial siswa menjadi kemampuan nyata untuk meningkatkan taraf hidup lahir dan batin. Proses pendidikan adalah terbentuk dan adanya perubahan perilaku karena proses interaksi antara individu dengan lingkungan dan terjadi melalui suatu proses. Perubahan yang diharapkan terjadi dalam proses pendidikan bukanlah sekedar penambahan atau pengurangan perilaku atau keterampilan, namun perubahan struktur pola perilaku dan pola kepribadian menuju pola yang makin sempurna. Perubahan kualitas tingkah laku secara implisit adalah kemampuan dan keterampilan siswa bertambah untuk mengerjakan beraneka ragam tugas dan pekerjaan.<sup>3</sup>

Proses pendidikan bergantung pada partisipasi siswa, dan diharapkan terjadi komunikasi yang bersifat dua arah. Keuntungan dari komunikasi yang bersifat dua arah di dalam pendidikan yaitu dapat memberikan suatu informasi

baru yang lebih bagi siswa. Hasil akhir yang diharapkan melalui proses pendidikan yaitu siswa mempunyai kemampuan dan keterampilan secara mandiri meningkatkan taraf hidup lahir bathin, dan meningkatkan perannya sebagai pribadi, anggota keluarga, dan makhluk Tuhan.<sup>5</sup>

Pendidikan kesehatan gigi pada anak yaitu suatu usaha yang secara emosional akan menghilangkan rasa takut, menumbuhkan rasa ingin tahu, mau mengamati, dan akhirnya secara fisik akan melakukan aktivitas sedemikian rupa sehingga baik untuk kesehatan pribadi.<sup>14</sup> Maksud dan tujuan pendidikan kesehatan gigi dan mulut pada anak-anak pada hakekatnya adalah memperkenalkan anak dengan dunia kesehatan gigi serta segala persoalan mengenai gigi, sehingga mampu memelihara kesehatan gigi, melatih anggota badan anak sehingga mereka dapat membersihkan gigi sesuai dengan kemampuannya, dan mendapatkan kerjasama yang baik dari anak bila memerlukan perawatan pada giginya. Pendapat lain menyebutkan bahwa tujuan pendidikan kesehatan gigi dan mulut adalah meningkatkan kemampuan masyarakat untuk menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan khususnya kesehatan gigi dan mulut, dapat berperan aktif dalam upaya menunjang kesehatan khususnya kesehatan gigi dan mulut, merubah pola tingkah laku seseorang untuk hidup sehat khususnya yang berkaitan dengan kesehatan gigi dan mulut, serta menunjang pembangunan kesehatan secara umum.<sup>15,16</sup>

## **PERAN PERUBAHAN PERILAKU DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT ANAK**

Proses perubahan perilaku berjalan melalui empat tahap yaitu fungsi kesatu atau fungsi pengetahuan adalah individu sudah mulai mengenal informasi yang baru serta belajar memahami objek baru tersebut, sebagai contoh ketika dokter gigi menjelaskan kepada pasien bahwa pasien dapat menghilangkan sendiri gejala tidak sehat tertentu di dalam mulutnya, antara lain dengan pembersihan plak, karena plak adalah salah satu sebab terpenting mengapa mulutnya tidak sehat, maka seorang pasien yang tidak tahu akan menerima pengetahuan ini yang baginya merupakan ide baru.<sup>17</sup> Fungsi yang kedua yaitu fungsi keyakinan artinya individu telah membentuk sikap positif atau negatif terhadap informasi atau objek yang baru tersebut. Fungsi ketiga yaitu fungsi penentuan yang didalamnya individu bertindak aktif yang membawa ke suatu pemilihan perubahan yang mungkin diterima atau tidak diterima. Pada fungsi ketiga ini individu tersebut telah jauh mengetahui sehingga dapat mengambil keputusan untuk mencegah plak sebanyak mungkin dan menanyakannya kepada dokter gigi bagaimana cara melakukan yang terbaik, atau mungkin juga memutuskan untuk tidak melakukan apapun karena menganggap pembersihan plak dan kesehatan mulut tidak begitu penting. Fungsi yang terakhir adalah fungsi persetujuan, di sini individu sudah mau melaksanakan perilaku yang baru sesuai dengan norma-norma kesehatan. Pada tahap ini individu tersebut mencari informasi lebih lanjut untuk melengkapi apa yang telah diputuskan dengan dorongan-dorongan baru dan dapat menarik kembali keputusannya apabila misalnya menerima informasi bahwa pembersihan plak secara teliti tidak menolong.<sup>18</sup>

Perubahan perilaku memiliki ciri-ciri intensional, terjadi latihan yang dilakukan dengan sengaja dan sadar, perubahan positif sehingga sesuai dengan

yang diharapkan, efektif dapat membawa pengaruh dan makna, mempunyai arah dan tujuan, serta mencakup seluruh aspek perilaku yaitu pengetahuan, sikap, maupun keterampilan.

Penyuluhan merupakan metoda yang sering digunakan di dalam pendidikan kesehatan gigi dan mulut. Metode penyuluhan yang umum digunakan adalah metode didaktik (*one way method*) dan metode sokratik (*two way method*). Pada metode didaktik pendidik cenderung aktif sedangkan siswa sebagai sasaran pendidik tidak diberi kesempatan mengemukakan pendapat. Ceramah merupakan salah satu metode didaktik yang baik digunakan pada pendidikan kesehatan gigi dan mulut untuk anak-anak sekolah dasar. Tujuan metode ini adalah pemberian pengetahuan sebanyak mungkin. Keuntungannya adalah dapat diterima oleh siswa yang tidak mau membaca, mudah, serta murah. Kerugiannya adalah tidak memberi kesempatan kepada pendengarnya untuk berpartisipasi serta kurang diketahui umpan baliknya, karena ide hanya timbul dari satu orang.

Metode sokratik dilakukan dengan komunikasi dua arah antara siswa dan pendidik. Peserta didik diberikan kesempatan mengemukakan pendapat dan dua orang atau lebih dengan latar belakang berbeda bekerja sama saling memberikan keterangan dan ikut serta dalam menyatakan pendapat. Salah satu metode sokratik yang tepat digunakan pada pendidikan kesehatan gigi dan mulut pada anak-anak sekolah dasar adalah demonstrasi. Pada metode demonstrasi materi pendidikan disajikan dengan memperlihatkan cara melakukan suatu tindakan atau prosedur. Diberikan penerangan-penerangan secara lisan, gambar-gambar, dan ilustrasi. Tujuan metode demonstrasi yaitu untuk mengajar seseorang atau siswa bagaimana melakukan suatu tindakan atau memakai suatu produksi baru. Keuntungannya



dapat menjelaskan suatu prosedur secara visual, sehingga mudah dimengerti dan siswa dapat mencoba pengetahuan yang diterimanya. Kerugian pada metode ini diperlukan alat-alat dan biaya yang besar serta perencanaannya memakan waktu yang lama.<sup>6</sup>

Pemakaian alat bantu dalam merubah perilaku anak merupakan hal yang sangat penting. Alat bantu pendidikan adalah alat-alat yang dipakai oleh pendidik di dalam menyampaikan bahan pendidikan. Alat bantu ini lebih sering disebut alat peraga, karena berfungsi untuk membantu memperagakan sesuatu di dalam proses pendidikan. Alat peraga ini disusun berdasarkan prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap siswa dapat diterima atau ditangkap melalui panca indera.<sup>6</sup>

Alat bantu dalam pendidikan mempunyai peran dalam mempertinggi kemampuan belajar, memperkuat daya ingat, memperbesar minat, dan mempermudah penghayatan. Alat peraga yang bisa dipergunakan adalah alat peraga visual. Alat peraga didengar (audio), alat peraga proyeksi, dan alat peraga langsung atau alamiah. Alat peraga yang paling efektif pada pendidikan yaitu alat peraga langsung. Alat peraga langsung yang dianggap paling efektif untuk anak-anak adalah model. Model yaitu alat peraga yang dapat dilihat dan diamati, yang dapat berupa alat yang sebenarnya ataupun dibuat meniru aslinya. Siswa yang diberi pendidikan dapat melihat, merasakan, dan menelitinya. Alat peraga langsung membantu para siswa dalam mengartikan atau mempelajari suatu bahan pendidikan sehingga para siswa lebih banyak kemungkinan untuk belajar.

Keberhasilan suatu proses pendidikan kesehatan dapat diukur melalui beberapa indikator seperti pada keberhasilan proses pendidikan pada umumnya, yaitu pengetahuan peserta didik terhadap materi pendidikan yang diberikan

(*knowledge*). Pengetahuan adalah merupakan hasil ‘tahu’ dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Indikator kedua yaitu sikap atau tanggapan peserta didik terhadap materi pendidikan yang diberikan (*attitude*). Sikap adalah merupakan reaksi atau respons seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Indikator ketiga adalah praktek atau tindakan yang dilakukan oleh peserta didik sehubungan dengan materi pendidikan yang diberikan (*practice*).<sup>18</sup>

## **KESIMPULAN**

Dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan gigi dan mulut kepada anak sekolah harus diberikan secara berulang-ulang dan menarik, untuk itu dibutuhkan kerjasama yang baik antara siswa, guru, dan orang tua.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Gunarsa, S dan Singgih, Y. *Psikologi praktis anak, remaja, dan keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia. 2000. p.1-23.
2. Syah, M. *Psikologi belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2003.
3. Mudyahardjo, R., W. Rasyidin, S. Soegiyanto. *Dasar-dasar kependidikan*. Jakarta: Universitas Terbuka. 1993.
4. Sudarsana, N. *Pendidikan kesehatan masyarakat*. Bandung: FKG Unpad. 1991.
5. Pannen, P. *Pendidikan sebagai sistem*. Jakarta: Universitas Terbuka. 2001.

6. Azwar, A. *Pengantar pendidikan kesehatan*. Jakarta : Sastra Hudaya. 1983. p.43-46.
7. Andlaw, R. J. and W. P. Rock. *A manual of pediatric dentistry*. 4<sup>th</sup> ed. Edinburg: Ghurcill Livingstone. 1996.
8. Kartono, K. *Psikologi anak psikologi perkembangan*. Bandung: Mandar Maju. 1990: 133-146.
9. Simanulang, B. dan E. Masdiana *Pengetahuan, sikap, kepercayaan, dan perilaku budaya tradisional pada generasi muda di kota batam*. Jakarta: CV. Eka Darma. 1997.
10. Salim, P. *Kamus bahasa Indonesia kontemporer*. Jakarta: Modern English Press. 1991.
11. Roucek, J.S. *Pengendalian sosial*. Diterjemahkan oleh Soerjono Soekanto dan Heri Tjandrasari. Jakarta: Rajawali Pres. 1987.
12. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Edisi ke-3. Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. Jakarta : Balai Pustaka. 1990.
13. Komarudin. *Kamus istilah skripsi dan tesis*. Bandung: Angkasa. 1994.
14. Stoll, F. A., Catherman, J. L. *Dental health education*. 4<sup>rd</sup> ed. Philadelphia: Lea & Febiger. 1972:91-133.
15. Djuwita, I., dan Sridadi. *Pendidikan kesehatan gigi*. Jakarta: Departemen Kesehatan. 1993.
16. Herijulianti, E., Indriani., Suasti, I. T., dan Sri, A. *Pendidikan kesehatan gigi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. 2002.

17. Houwink, B. Backer, D. O., Cramwinckle, A. B. Ilmu kedokteran gigi pencegahan. Diterjemahkan oleh Sutami Suryo. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press. 1993:58-77; 94-101.
18. Soekidjo, N. *Ilmu kesehatan masyarakat* (Prinsip-prinsip dasar). Edisi ke-2. Jakarta: PT Rineka Cipta. 2003.