

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut perlu dilakukan sejak dini, khususnya pada anak usia sekolah dasar. Mengingat masalah kesehatan gigi dan mulut masih memiliki prevalensi tinggi dan tersebar luas di berbagai wilayah (Dye 2017). Masalah kesehatan gigi dan mulut tidak hanya berdampak pada fungsi pengunyahan dan bicara, tetapi juga memengaruhi kualitas hidup, rasa percaya diri, prestasi belajar, serta menimbulkan beban ekonomi bagi individu, keluarga, dan sistem pelayanan kesehatan (Peres 2020). Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif sejak usia dini sangat penting untuk menurunkan beban masalah kesehatan gigi dan mulut di masyarakat. Secara global, *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa sekitar 3,5 miliar penduduk dunia mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut (WHO 2022).

Lebih dari 2,5 miliar orang menderita karies gigi permanen dan sekitar 514 juta anak mengalami karies pada gigi sulung di seluruh dunia menurut data epidemiologi kesehatan mulut global terbaru (Dye 2017). Di Indonesia, prevalensi masalah kesehatan gigi dan mulut masih tergolong tinggi dengan lebih dari setengah penduduk mengalaminya berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (Kemenkes RI 2023). Perilaku menyikat gigi yang belum sesuai anjuran, terutama tidak menyikat gigi sebelum tidur malam, menjadi salah satu faktor risiko utama terjadinya masalah kesehatan gigi dan mulut (Petersen & Kwan 2021). Sementara itu, tingginya kasus karies dan penyakit periodontal pada masyarakat sejalan dengan hasil meta-

analisis nasional yang menunjukkan prevalensi karies gigi pada anak Indonesia masih berada kisaran 60 – 70 % (Salma et al. 2026). Menurut Data Dinas Kesehatan Provinsi Bali (Dinkesprov Bali) tahun 2022, masalah kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah masih dilaporkan cukup tinggi dengan prevalensi mencapai lebih dari 50% berdasarkan laporan kesehatan daerah terbaru (Dinkesprov Bali 2022). Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif yang berkelanjutan untuk membentuk perilaku menyikat gigi yang benar khususnya menyikat gigi pada malam hari sebelum tidur sejak usia sekolah dasar (Izati & Noviana 2026).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), menyatakan bahwa menyikat gigi dengan teknik yang benar merupakan tindakan penting dalam menjaga kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut serta mencegah terjadinya karies dan penyakit gusi (Kemenkes RI 2024). Teknik menyikat gigi yang dianjurkan dilakukan dengan gerakan lembut dari arah gusi ke ujung gigi menggunakan sikat gigi berbulu lembut dan pasta gigi yang mengandung fluoride, serta membersihkan seluruh permukaan gigi meliputi bagian luar, dalam, dan permukaan pengunyah secara merata selama minimal dua menit (Rahmawati & Reza 2025). Waktu menyikat gigi yang paling dianjurkan adalah dua kali sehari setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam karena pada malam hari produksi air liur menurun sehingga bakteri lebih mudah berkembang dan meningkatkan risiko kerusakan gigi, sehingga kebiasaan menyikat gigi pada malam hari perlu ditanamkan sejak usia dini untuk mencegah masalah gigi dan mulut di kemudian hari (Chapple & Genco 2021).

Perilaku menyikat gigi pada anak usia sekolah dasar masih tergolong kurang baik karena banyak anak belum melakukan kebiasaan menyikat gigi secara rutin dua kali sehari, khususnya pada malam hari sebelum tidur sehingga risiko terjadinya karies gigi masih tinggi, dengan penelitian menunjukkan sebagian besar anak masih menyikat gigi kurang dari frekuensi ideal meskipun mereka sadar pentingnya menyikat gigi dua kali sehari (Cahyani & Marlina 2025). Selain itu, teknik menyikat gigi yang dilakukan anak juga sering kali belum tepat, karena banyak anak menyikat gigi dengan durasi kurang dari dua menit atau tidak membersihkan seluruh permukaan gigi secara menyeluruh sehingga kebersihan plak tidak optimal (Frontiers 2023). Kondisi tersebut dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan anak mengenai cara dan waktu menyikat gigi yang benar serta belum terbentuknya kebiasaan menyikat gigi sebagai rutinitas harian (Harahap *et al.* 2022).

Kebiasaan menyikat gigi yang buruk sejak masa anak-anak dapat menimbulkan dampak jangka panjang berupa peningkatan risiko karies gigi, penyakit periodontal, hingga kehilangan gigi permanen pada usia dewasa, serta berpengaruh terhadap kualitas hidup anak seperti menurunnya rasa percaya diri, gangguan kemampuan bicara, dan penurunan konsentrasi belajar akibat rasa nyeri atau tidak nyaman pada rongga mulut. Selain dampak kesehatan, masalah kesehatan gigi dan mulut juga dapat meningkatkan beban ekonomi keluarga akibat tingginya biaya perawatan gigi yang bersifat kuratif dan seharusnya dapat dicegah melalui pembentukan perilaku hidup sehat sejak dini (Listl *et al.* 2022). Oleh karena itu, untuk mengatasi rendahnya perilaku menyikat gigi pada anak usia sekolah dasar diperlukan pendekatan edukatif yang berkelanjutan melalui integrasi pendidikan kesehatan gigi di sekolah, seperti kampanye kesehatan berupa penyuluhan rutin dan

praktik menyikat gigi yang benar dengan metode interaktif agar mudah dipahami dan menarik bagi anak (Chaffee *et al.* 2022). Upaya tersebut sejalan dengan kebijakan promotif dan preventif kesehatan gigi anak yang menekankan intervensi berbasis sekolah sebagai strategi utama dalam menurunkan prevalensi masalah kesehatan gigi dan mulut sejak usia dini (Kemenkes RI 2023).

Anak usia sekolah dasar berada pada tahap perkembangan kognitif operasional konkret sehingga lebih mudah memahami informasi melalui pengalaman langsung dan contoh nyata, menjadikan pendekatan edukatif berbasis praktik efektif dalam membentuk perilaku kesehatan (Papalia & Martorell 2021). Program kampanye kesehatan gigi berbasis sekolah yang mengombinasikan penyuluhan dan praktik langsung terbukti mampu meningkatkan pengetahuan serta kepatuhan anak terhadap kebiasaan menyikat gigi yang benar (Suhartik & Kusumawati 2025). Perubahan perilaku menyikat gigi mulai terlihat setelah edukasi dan pendampingan dilakukan secara rutin selama sekitar 21–90 hari, terutama pada kebiasaan menyikat gigi sebelum tidur malam (Aida *et al.* 2025). Data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI (Balitbangkes Kemenkes RI) menunjukkan menunjukkan bahwa masalah kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah di Bali masih berkaitan dengan perilaku menyikat gigi yang belum optimal (Balitbangkes Kemenkes RI 2022). Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat mengkaji pengaruh kampanye kesehatan terkait praktik menyikat gigi di malam hari terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku siswa sekolah dasar di Klungkung sebagai dasar pengembangan program promosi kesehatan gigi yang berkelanjutan.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), perilaku menyikat gigi (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur), pada waktu yang benar untuk penduduk usia ≥ 3 tahun di Provinsi Bali hanya 5,3%, dengan dilaporkan 4,32% tidak menyikat gigi. Fakta ini mengindikasikan bahwa masih terdapat kesenjangan antara pengetahuan dan praktik dalam hal menjaga kebersihan gigi dan mulut pada anak-anak. Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti bersama pihak sekolah di Klungkung menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki kebiasaan menyikat gigi pada malam hari sebelum tidur dan cenderung hanya menyikat gigi pada pagi hari, bahkan masih terdapat siswa yang menggunakan teknik menyikat gigi yang kurang tepat. Kondisi ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku menyikat gigi malam pada anak di Indonesia masih tergolong rendah, dimana hanya sekitar 66 persen anak yang menyikat gigi sebelum tidur secara rutin (Unilever & King's College London 2020). Temuan serupa juga dilaporkan bahwa rendahnya kebiasaan menyikat gigi malam dipengaruhi oleh kurangnya pembiasaan dan edukasi kesehatan gigi yang berkelanjutan pada anak usia sekolah dasar (Ayatullissa & Nur 2026). Selain itu, populasi penelitian ini memiliki keragaman latar belakang sosial ekonomi dan budaya yang turut memengaruhi perilaku kesehatan gigi anak, termasuk peran lingkungan keluarga, akses terhadap pelayanan kesehatan gigi, serta paparan program kesehatan di sekolah (Andriani *et al.* 2025). Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas kampanye kesehatan terkait menyikat gigi di malam hari dalam mendorong perubahan perilaku menjaga kebersihan gigi dan mulut pada anak usia sekolah dasar di Klungkung.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah kampanye menyikat gigi malam dapat mengubah perilaku kebersihan gigi dan mulut pada anak sekolah dasar”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh kampanye kesehatan menyikat gigi malam terhadap perubahan perilaku menjaga kebersihan gigi pada anak usia sekolah dasar.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui perilaku menjaga kebersihan gigi dan mulut sebelum dan sesudah kampanye menyikat gigi malam.
2. Mengetahui perbedaan perilaku menjaga kebersihan gigi sebelum dan sesudah kampanye menyikat gigi malam pada anak sekolah dasar.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang kesehatan gigi masyarakat, bahwa kampanye menyikat gigi malam terhadap dapat mengubah perilaku pemeliharaan kesehatan gigi pada anak sekolah dasar.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi sekolah: sebagai dasar dalam merancang kegiatan edukatif yang terstruktur tentang pentingnya menyikat gigi, terutama sebelum tidur, guna meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

2. Bagi tenaga kesehatan: memberikan dasar informasi bagi tenaga kesehatan dalam menyusun dan melaksanakan kegiatan promotif serta edukasi kesehatan gigi yang lebih efektif dan sesuai dengan tahap perkembangan anak.
3. Bagi peneliti lain: sebagai referensi dalam penelitian lanjutan terkait promosi kesehatan gigi anak secara preventif.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Sikat Gigi

Sikat gigi merupakan alat kebersihan diri yang digunakan untuk membersihkan rongga mulut, meliputi permukaan gigi, jaringan gusi, dan lidah dari sisa makanan, plak, serta bakteri yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan gigi dan mulut (Kemenkes RI 2022). Penggunaan sikat gigi secara teratur menjadi bagian penting dari perilaku menjaga kebersihan diri sehari-hari karena tujuan utama menyikat gigi adalah menghilangkan plak gigi yang terbentuk dari bakteri mulut yang memakan sisa makanan (terutama gula/pati) dan membentuk lapisan lengket yang menghasilkan asam untuk melarutkan mineral email gigi (demineralisasi) sehingga menyebabkan karies gigi dan peradangan jaringan periodontal (WHO 2022). Menyikat gigi secara rutin dengan teknik yang benar sejak usia anak-anak sangat penting karena pada masa tersebut kebiasaan dan perilaku kebersihan gigi dan mulut mulai terbentuk dan berpengaruh terhadap kesehatan gigi dan mulut hingga usia dewasa.

Dari sisi medis, aktivitas menyikat gigi memberikan manfaat yang tidak hanya terbatas pada kesehatan rongga mulut, tetapi juga berkontribusi terhadap kesehatan tubuh secara keseluruhan karena rongga mulut berperan sebagai pintu masuk mikroorganisme yang dapat memengaruhi kondisi sistemik tubuh (Chapple & Genco 2021). Kebersihan gigi dan mulut yang buruk dapat meningkatkan jumlah bakteri patogen yang berpotensi menimbulkan masalah kesehatan gigi dan mulut, sedangkan menyikat gigi secara rutin membantu mengontrol plak, menjaga keseimbangan mikrobiota rongga mulut, serta mencegah terjadinya bau mulut

(Kristiani *et al.* 2025). Menyikat gigi dianjurkan dilakukan dua kali sehari, terutama sebelum tidur malam, karena pada malam hari produksi saliva menurun sehingga rongga mulut menjadi lebih rentan terhadap pertumbuhan bakteri penyebab masalah kesehatan gigi dan mulut (Thie *et al.* 2002).

Khusus pada anak usia sekolah dasar, aktivitas menyikat gigi tidak hanya berfungsi menjaga kebersihan gigi dan mulut, tetapi juga berperan dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat dan kedisiplinan melalui pembelajaran perilaku sehari-hari (Shaghaghian 2021). Usia 6–12 tahun merupakan fase penting dalam perkembangan kesehatan gigi dan mulut karena terjadi pergantian gigi sulung ke gigi permanen yang memerlukan perawatan khusus agar tidak terjadi kerusakan yang bersifat permanen (Patel *et al.* 2025). Pembiasaan menyikat gigi sejak masa anak-anak terbukti berkontribusi terhadap terbentuknya perilaku kebersihan diri yang berkelanjutan hingga dewasa, sehingga penerapan rutinitas menyikat gigi secara konsisten sejak dini menjadi faktor penting dalam pencegahan masalah kesehatan gigi dan mulut di kemudian hari (Duijster *et al.* 2022).

2.1.1 Macam-Macam Sikat Gigi

Sikat gigi tersedia dalam beragam jenis dan bentuk yang disesuaikan dengan kebutuhan serta karakteristik penggunaannya, baik anak-anak maupun orang dewasa. Perbedaannya tidak hanya terletak pada ukuran dan warna, tetapi juga pada desain kepala sikat, jenis bulu, bentuk pegangan, serta teknologi yang digunakan untuk menunjang kebersihan gigi dan mulut secara optimal (Febrida, Faisal & Mardian 2023). Berdasarkan usia, sikat gigi umumnya dibedakan menjadi sikat gigi anak dan sikat gigi dewasa. Dimana sikat gigi anak dirancang dengan ukuran kepala yang lebih kecil, pegangan yang lebih tebal, serta warna cerah dan karakter menarik

untuk meningkatkan minat anak dalam menyikat gigi secara rutin (Kemenkes RI 2022). Sementara itu, sikat gigi dewasa memiliki variasi bentuk kepala sikat yang lebih beragam seperti oval, persegi panjang, atau bulat yang dirancang untuk menjangkau area gigi yang sulit dibersihkan, terutama pada bagian posterior seperti gigi geraham, sehingga dapat meningkatkan efektivitas pembersihan plak (Andriani *et al.* 2025).

Selain ukuran dan bentuk, tingkat kekakuan bulu sikat merupakan aspek penting dalam pemilihan sikat gigi karena berpengaruh terhadap kenyamanan dan keamanan jaringan gusi, dimana sikat gigi dibedakan menjadi bulu lembut, sedang, dan keras. Bulu lembut direkomendasikan untuk anak-anak, individu dengan gusi sensitif, serta anak dengan kebutuhan khusus karena mampu membersihkan plak secara efektif tanpa menimbulkan iritasi. Bulu sedang digunakan pada kondisi mulut normal dan bulu keras hanya dianjurkan atas rekomendasi dokter gigi karena berisiko menyebabkan trauma jaringan lunak (Dwimega 2021). Seiring perkembangan teknologi, sikat gigi elektrik menjadi alternatif yang semakin banyak digunakan karena memiliki mekanisme gerak otomatis berupa rotasi atau vibrasi yang membantu meningkatkan efektivitas pembersihan plak, terutama pada anak yang belum terampil menyikat gigi secara manual dan anak dengan keterbatasan motorik atau sensori, ditunjang dengan fitur seperti pengatur waktu dan indikator tekanan yang mendukung kebiasaan menyikat gigi yang aman dan teratur (Ayatullissa & Nur 2026). Selain itu, tersedia pula sikat gigi khusus seperti sikat interdental dan sikat ortodontik yang dirancang untuk membersihkan area sulit dijangkau, termasuk celah antar gigi sempit dan area sekitar kawat gigi, sehingga dapat membantu menurunkan penumpukan plak dan mencegah terjadinya karies

gigi, termasuk pada anak berkebutuhan khusus yang memerlukan alat bantu pembersihan gigi yang lebih spesifik (Rahmawati *et al.* 2011).

Secara keseluruhan, keberagaman bentuk dan jenis sikat gigi menunjukkan bahwa tidak terdapat satu jenis sikat gigi yang sesuai untuk semua individu, sehingga pemilihannya perlu disesuaikan dengan usia, kondisi kesehatan gigi dan mulut, sensitivitas gusi, serta kenyamanan pengguna (Petersen & Kwan 2021). Pemahaman mengenai pemilihan sikat gigi yang tepat merupakan bagian penting dalam edukasi kesehatan gigi dan mulut karena dapat mendukung terbentuknya perilaku menyikat gigi yang benar dan konsisten sejak usia dini (Duijster *et al.* 2022). Penggunaan sikat gigi yang sesuai tidak hanya meningkatkan efektivitas pembersihan plak, tetapi juga berperan dalam mencegah terjadinya trauma pada jaringan gusi dan kerusakan gigi akibat pemilihan alat yang tidak tepat (Kumar *et al.* 2025).

2.1.2 Teknik Menyikat Gigi

Menyikat gigi secara rutin merupakan bagian penting dari kebiasaan menjaga kebersihan gigi dan mulut, yang ditandai dengan napas segar, sisa makanan dan plak hilang tanpa merusak enamel atau melukai gusi, dan sikat gigi tidak cepat mekar atau rusak sebelum 3 bulan. Keberhasilan praktik tersebut sangat dipengaruhi oleh metode atau teknik yang digunakan. Banyak individu menyikat gigi setiap hari, tetapi teknik yang kurang tepat dapat menyebabkan hasil pembersihan yang tidak optimal bahkan menimbulkan masalah seperti luka pada gusi, abrasi gigi, dan penumpukan plak yang masih tertinggal. Oleh karena itu, menyikat gigi tidak hanya berkaitan dengan frekuensi, tetapi juga cara yang benar agar manfaatnya dapat diperoleh secara maksimal. Pemahaman mengenai teknik

menyikat gigi yang tepat perlu dikenalkan sejak usia dini agar dapat membentuk kebiasaan positif yang berkelanjutan. Edukasi teknik menyikat gigi yang benar dapat menurunkan risiko penyakit gigi dan mulut (Agustina, Purnadianti & Kusumaningrum, 2026). Kesalahan teknik menyikat gigi yang dilakukan secara terus-menerus dapat meningkatkan risiko terjadinya inflamasi gingiva dan abrasi gigi (Ganss 2022). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan mengenai metode menyikat gigi yang benar menjadi komponen penting dalam strategi promotif dan preventif kesehatan gigi dan mulut (O'Mullane *et al.* 2016).

Teknik menyikat gigi yang direkomendasikan oleh dokter gigi salah satunya adalah metode Bass yang dilakukan dengan memposisikan bulu sikat membentuk sudut 45 derajat ke arah garis gusi dan digetarkan secara lembut. Teknik ini bertujuan agar bulu sikat dapat menjangkau area *subgingiva* sehingga plak yang menempel di sekitar leher gigi dapat dibersihkan secara efektif. Metode Bass dinilai lebih efektif dibandingkan gerakan horizontal yang sering dilakukan secara keliru oleh masyarakat. Selain teknik, aspek lain yang perlu diperhatikan dalam menyikat gigi adalah durasi, urutan penyikatan, dan tekanan saat menyikat agar tidak melukai jaringan gusi maupun merusak email gigi. Disarankan untuk menyikat gigi minimal dua kali sehari selama sekitar dua menit dengan membersihkan seluruh permukaan gigi secara merata (Sharma *et al.* 2024). Penggunaan sikat berbulu lembut dan pasta gigi berfluoride juga merupakan bagian penting dari metode menyikat gigi yang benar (Makmur *et al.* 2025). Edukasi melalui praktik langsung dan simulasi menyikat gigi terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan dan membentuk kebiasaan menyikat gigi yang konsisten pada anak usia sekolah dasar (Ayatullissa & Nur 2026).

2.2 Pasta Gigi

Pasta gigi merupakan komponen penting dalam menjaga kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut serta menjadi bagian utama dari rutinitas menyikat gigi sehari-hari. Selain berfungsi sebagai pembersih mekanis, pasta gigi juga memberikan perlindungan biologis melalui kandungan aktifnya yang membantu menghilangkan plak, sisa makanan, dan mikroorganisme (bakteri), serta memberikan sensasi segar pada rongga mulut karena mengandung bahan antibakteri seperti *fluoride*, *stannous fluoride*, *zinc citrate*, atau *triclosan* (Septiyani *et al.* 2023). Perkembangan pasta gigi modern menjadikannya tidak hanya sebagai bahan pembersih, tetapi juga sebagai agen terapeutik dengan fungsi antibakteri, antikaries, antiinflamasi, dan remineralisasi email gigi (Ten Cate & Featherstone 2021). Oleh karena itu, pemilihan dan penggunaan pasta gigi yang sesuai dengan kebutuhan individu berperan penting dalam pencegahan penyakit gigi dan mulut serta pemeliharaan kesehatan gigi secara optimal (O'Mullane *et al.* 2016).

Pada anak-anak, pasta gigi memiliki peran ganda sebagai sarana edukasi sekaligus perlindungan dini terhadap terjadinya karies gigi. Pasta gigi anak diformulasikan dengan kadar *fluoride* yang disesuaikan dengan kebutuhan anak yaitu 1000 – 1500 ppm agar tetap efektif melindungi gigi sulung yang rentan terhadap karies tanpa meningkatkan risiko fluorosis (Ten Cate & Featherstone 2021). Selain itu, penggunaan rasa dan warna yang menarik, seperti buah-buahan, bertujuan untuk meningkatkan minat dan motivasi anak dalam menyikat gigi secara rutin, yang penting mengingat anak masih berada pada tahap pembentukan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Pemilihan pasta gigi yang sesuai dengan karakteristik anak terbukti dapat meningkatkan kepatuhan dan kualitas perilaku

menyikat gigi, sehingga desain rasa dan tampilan pasta gigi dinilai efektif sebagai strategi edukatif dalam membangun kebiasaan menyikat gigi sejak dini (Duijster *et al.* 2022).

Selain pasta gigi anak, saat ini tersedia berbagai jenis pasta gigi khusus yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan individu dengan kondisi gigi dan mulut tertentu, seperti gigi sensitif, gusi berdarah, dan bau mulut. Pasta gigi untuk gigi sensitif umumnya mengandung bahan aktif seperti *potassium nitrate* atau *strontium chloride* yang bekerja dengan menurunkan rangsangan saraf pada dentin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri (West 2021). Pasta gigi untuk mengatasi bau mulut sering diformulasikan dengan kandungan *zinc* atau sodium *bicarbonate* yang berperan dalam menekan senyawa sulfur volatil penyebab halitosis (Santi, Susanti & Pertiwi 2018). Selain itu, pasta gigi herbal yang mengandung bahan alami seperti siwak, daun sirih, cengkeh, atau minyak kelapa semakin diminati karena memiliki aktivitas antibakteri dan antiinflamasi, dan penelitian menunjukkan penggunaannya dapat membantu menurunkan plak serta peradangan gusi apabila digunakan secara konsisten dan sesuai anjuran (Anwar *et al.* 2025). Namun demikian, efektivitas berbagai jenis pasta gigi tersebut tetap harus didukung oleh teknik menyikat gigi yang benar serta pemilihan produk yang memenuhi standar keamanan dan mutu.

2.2.1 Kandungan Pasta Gigi

Pasta gigi modern merupakan formulasi yang terdiri atas berbagai komponen yang dirancang untuk memberikan efek pembersihan sekaligus perlindungan terhadap gigi dan jaringan mulut. Setiap bahan dalam pasta gigi memiliki peran tertentu, seperti membantu menghilangkan plak, memperkuat struktur enamel, serta menghambat aktivitas mikroorganisme di rongga mulut (Ten

Cate & Featherstone 2021). Secara umum, pasta gigi mengandung bahan abrasif, humektan, surfaktan, bahan pengikat, zat perasa, serta bahan aktif terapeutik yang bekerja secara terpadu dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut (Andini *et al.* 2026). Mekanisme kerja pasta gigi berlangsung secara mekanis melalui gesekan saat menyikat gigi dan secara kimia melalui aksi zat aktif yang mendukung pencegahan karies dan penyakit periodontal (Abdelaziz 2023). Oleh karena itu, pengetahuan mengenai komposisi pasta gigi menjadi penting agar pemilihan produk dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi kesehatan gigi dan mulut masing-masing individu (Pitts *et al.* 2021).

Fluoride merupakan salah satu bahan aktif yang paling penting dalam pasta gigi karena perannya dalam pencegahan karies gigi (Dwimega, 2021). *Fluoride* bekerja dengan memperkuat struktur enamel gigi sehingga lebih tahan terhadap serangan asam yang dihasilkan oleh bakteri plak (Nassar & Brizuela 2023). Selain itu, *fluoride* juga berperan dalam proses remineralisasi dengan membantu mengembalikan mineral yang hilang akibat demineralisasi enamel (Gerung *et al.* 2021). Penggunaan *fluoride* dalam konsentrasi yang tepat terbukti efektif menurunkan risiko karies, terutama pada anak usia sekolah. Namun demikian, konsumsi *fluoride* berlebihan, khususnya bila tertelan oleh anak-anak, dapat menyebabkan *fluorosis* gigi sehingga penggunaannya perlu diawasi secara ketat (Samaranayake *et al.* 2025).

Bahan abrasif dalam pasta gigi berfungsi untuk menghilangkan plak dan noda yang menempel pada permukaan gigi melalui mekanisme gesekan saat menyikat gigi, karena partikel abrasif seperti silika terhidrasi dapat membersihkan biofilm dan noda permukaan tanpa merusak enamel bila digunakan sesuai kadar

yang tepat (Enax *et al.* 2023). Jenis bahan abrasif yang umum digunakan antara lain kalsium karbonat dan silika hidrat, yang efektif mengangkat plak dan noda namun tetap aman bagi enamel (Priyam *et al.* 2023). Meskipun demikian, penggunaan pasta gigi dengan abrasivitas tinggi disertai tekanan menyikat berlebihan dapat menyebabkan abrasi enamel dan meningkatkan sensitivitas gigi, sehingga pemilihan pasta gigi dengan kadar abrasif yang seimbang serta teknik menyikat yang benar sangat penting agar fungsi abrasif bekerja optimal tanpa menimbulkan efek samping (Gomes *et al.* 2024).

Selain *fluoride* dan bahan abrasif, pasta gigi juga sering mengandung bahan antibakteri seperti *triclosan* dan *zinc citrate* yang berfungsi menekan pertumbuhan bakteri penyebab plak serta penyakit periodontal (Rajendiran *et al.* 2021). Beberapa pasta gigi juga mengandung bahan tambahan seperti *potassium nitrate* untuk membantu mengurangi rasa nyeri pada gigi sensitif. Di sisi lain, bahan pemutih seperti *hydrogen peroxide* dalam kadar rendah ditambahkan untuk membantu menghilangkan noda akibat konsumsi teh, kopi, atau rokok, dan penggunaannya sebaiknya disesuaikan dengan kebutuhan klinis masing-masing individu (Sovira, Sumantri & Auliana 2023).

Detergen ringan seperti *Sodium Lauryl Sulfate* (SLS) merupakan komponen pasta gigi yang berfungsi membentuk busa dan membantu penyebaran bahan aktif secara merata di rongga mulut (Ayatullissa & Nur 2026). Busa yang dihasilkan membantu melonggarkan sisa makanan dan plak sehingga proses pembersihan menjadi lebih efektif, namun pada individu dengan mukosa mulut sensitif, penggunaan *sodium lauryl sulfate* dapat menimbulkan iritasi atau memicu sariawan (Shi *et al.* 2024). Kondisi ini mendorong berkembangnya produk pasta gigi tanpa

SLS yang lebih lembut dan aman bagi pengguna dengan keluhan tertentu, sehingga inovasi formulasi pasta gigi menyesuaikan dengan kebutuhan kesehatan gigi dan mulut yang beragam (Gerung *et al.* 2021).

Dengan beragamnya kandungan dan fungsi yang dimiliki, pemilihan pasta gigi sebaiknya mempertimbangkan usia, kondisi rongga mulut, serta keluhan spesifik yang dialami pengguna, karena setiap produk dirancang untuk tujuan perawatan yang berbeda dan harus sesuai kebutuhan individu (Ugli 2025). Edukasi mengenai kandungan pasta gigi penting diberikan kepada masyarakat agar penggunaan produk ini tidak hanya menjadi kebiasaan rutin, tetapi juga mendukung kesehatan gigi dan mulut secara optimal, termasuk pemilihan fluoride yang tepat dan penggunaan yang benar (Febrida 2025). Pemahaman yang baik akan membantu mencegah penggunaan pasta gigi yang tidak sesuai dan berpotensi menimbulkan efek samping, sementara upaya edukatif khususnya tentang pemilihan pasta gigi untuk anak dan orang tua telah terbukti meningkatkan praktik kebersihan oral secara signifikan dalam komunitas (Dwimega 2023).

2.3 Promosi Kesehatan Umum

Promosi kesehatan merupakan proses strategis yang memungkinkan individu dan kelompok masyarakat untuk meningkatkan kontrol terhadap faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan dan memperbaiki serta mempertahankan derajat kesehatan secara optimal, termasuk melalui pendekatan pemberdayaan dan perubahan perilaku masyarakat (WHO 2026). Konsep promosi kesehatan tidak hanya berfokus pada upaya pencegahan penyakit secara langsung, tetapi juga menekankan pemberdayaan masyarakat agar memiliki kemampuan

menciptakan lingkungan yang sehat dan mendukung perilaku hidup sehat, yang mencakup strategi edukatif, kebijakan publik, dan partisipasi komunitas (Susanti *et al.* 2025). Cakupan promosi kesehatan sangat luas, meliputi peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat, perbaikan status gizi, pencegahan penyakit menular dan tidak menular, serta penerapan berbagai pendekatan seperti penyuluhan, media massa, dan teknologi digital untuk mencapai perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat secara berkelanjutan (Sahabuddin 2025).

Efektivitas promosi kesehatan sangat dipengaruhi oleh kesesuaian metode yang digunakan dengan karakteristik kelompok sasaran, termasuk aspek usia, tingkat pendidikan, dan latar belakang sosial budaya, karena media dan pendekatan yang tepat dapat meningkatkan pemahaman serta perubahan perilaku masyarakat (Nutbeam 2021). Pendekatan interpersonal seperti diskusi kelompok dan konseling dinilai efektif untuk kelompok kecil, sementara pemanfaatan media komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) serta media sosial terbukti efisien dalam menjangkau generasi muda yang akrab dengan teknologi dan mendukung peningkatan pengetahuan serta sikap sehat (Haryanto *et al.* 2024). Keberhasilan promosi kesehatan tidak hanya ditentukan oleh penyampaian informasi, tetapi juga oleh keterlibatan dan partisipasi aktif masyarakat dalam proses tersebut, sehingga pendekatan yang disesuaikan dengan karakter audiens dapat mendorong perubahan perilaku hidup sehat secara berkelanjutan (Aprina & Kohir 2025).

2.3.1 Promosi Kesehatan Gigi dan Mulut

Promosi kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian dari promosi kesehatan yang secara khusus bertujuan meningkatkan kesadaran dan perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Rongga mulut berperan

sebagai pintu masuk utama bagi makanan, minuman, dan mikroorganisme ke dalam tubuh, sehingga kebersihannya perlu dijaga secara optimal sejak dini (Prasad *et al.* 2019). Rendahnya kesadaran masyarakat terhadap kesehatan gigi dan mulut tercermin dari tingginya angka kejadian karies dan penyakit periodontal, terutama pada anak usia sekolah dasar (Hasan *et al.* 2024). Promosi kesehatan gigi dan mulut berperan penting dalam menurunkan beban masalah kesehatan gigi dan mulut melalui penanaman kebiasaan menyikat gigi yang benar dan teratur sejak usia dini (Nutbeam 2021). Oleh karena itu, upaya promosi kesehatan gigi menjadi langkah preventif yang strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan gigi dan mulut anak.

Pelaksanaan promosi kesehatan gigi dan mulut dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, seperti penyuluhan tatap muka, simulasi menyikat gigi, penggunaan alat peraga, hingga pemanfaatan media digital yang interaktif (Ayatullissa & Nur 2026). Salah satu bentuk program yang telah diterapkan secara luas adalah Usaha Kesehatan Gigi Sekolah, yang bertujuan membiasakan anak menyikat gigi secara teratur, memeriksakan gigi, serta menerima edukasi kesehatan gigi secara berkala (Kamelia *et al.* 2023). Pendekatan promosi kesehatan gigi pada anak perlu bersifat interaktif dan menyenangkan, misalnya melalui permainan, cerita bergambar, atau video animasi agar pesan kesehatan lebih mudah diterima (Liasari *et al.* 2025). Selain itu, promosi kesehatan gigi dan mulut di era digital melalui media sosial juga dinilai dapat menjangkau kelompok usia yang lebih luas dan meningkatkan keterlibatan masyarakat (Rahmawati *et al.* 2011). Keberhasilan promosi kesehatan gigi dan mulut juga sangat dipengaruhi oleh dukungan lingkungan terdekat anak, terutama peran orang tua dan guru sebagai fasilitator pembentukan kebiasaan sehat yang berkelanjutan (Sarianoferni *et al.* 2026).

2.4 Kampanye Kesehatan

Kampanye kesehatan merupakan strategi komunikasi massa yang digunakan untuk memengaruhi, membujuk, dan mengedukasi masyarakat mengenai isu-isu kesehatan tertentu sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan memicu perubahan perilaku sehat dalam masyarakat (Odongo 2024). Kampanye ini biasanya menggunakan pendekatan terstruktur dan pesan yang disampaikan secara berulang melalui berbagai media baik tradisional maupun digital untuk menjangkau kelompok sasaran secara efektif (Zahradila *et al.* 2025). Selain penyampaian informasi, kampanye kesehatan juga bertujuan untuk meningkatkan partisipasi aktif audiens dalam perilaku hidup sehat melalui pesan yang relevan dengan kebutuhan komunitas (Azzira *et al.* 2025).

Keberhasilan kampanye kesehatan sangat dipengaruhi oleh pemilihan media yang sesuai dengan karakter, latar belakang budaya, dan tingkat pemahaman target audiens agar tidak menimbulkan resistensi atau salah pengertian (Rahman 2026). Penggunaan media digital seperti infografis, video edukatif, dan media sosial dinilai penting dalam memperkuat pemahaman pesan sekaligus menjangkau khalayak yang lebih luas termasuk generasi muda yang akrab dengan teknologi (Baiquni *et al.* 2025). Selain itu, kampanye kesehatan yang efektif umumnya dilakukan secara berkelanjutan dan melibatkan kolaborasi multipihak antara pemerintah, LSM, sektor pendidikan, dan komunitas lokal untuk memperkuat jangkauan serta dampak kampanye kesehatan (Butarbutar *et al.* 2025).

2.4.1 Kampanye Menyikat Gigi Malam

Kampanye menyikat gigi malam merupakan salah satu bentuk intervensi promotif yang bertujuan meningkatkan kesadaran anak usia sekolah dasar mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut sebelum tidur, karena pada malam hari produksi air liur berkurang sehingga risiko pertumbuhan bakteri dan pembentukan plak meningkat yang dapat memicu karies gigi (Triswari & Dian Pertiwi 2017). Pelaksanaan kampanye secara rutin, baik melalui penyuluhan, praktik menyikat gigi massal, maupun media edukatif yang menarik seperti buku cerita interaktif dan aktivitas kelompok, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak dalam menyikat gigi dengan benar (Wijayanti 2023). Selain itu, penggunaan pendekatan edukatif yang menyenangkan dan relevan dengan dunia anak, ditambah dengan dukungan guru dan orang tua, dapat memperkuat kebiasaan sehat serta memastikan perubahan perilaku jangka panjang dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Pendekatan ini juga mendorong anak untuk lebih aktif berpartisipasi dalam praktik *oral hygiene* sehari-hari, sehingga kampanye tidak hanya memberikan pengetahuan tetapi juga membentuk kebiasaan yang dapat mencegah karies dan masalah kesehatan gigi dan mulut lainnya secara efektif (Frontiers 2023).

Sebuah survei global yang dilakukan oleh Unilever bekerja sama dengan King's College London menunjukkan bahwa di Indonesia, hanya sekitar 66% anak-anak yang terbiasa menyikat gigi sebelum tidur, sisanya masih belum memiliki kebiasaan tersebut. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, perilaku menyikat gigi penduduk usia ≥ 3 tahun di Provinsi Bali tergolong cukup tinggi, mencapai 92,9% hingga 94,2% yang menyikat gigi setiap hari. Namun,

hanya 5,3% yang menyikat gigi pada waktu yang benar (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur), dengan dilaporkan 4,32% tidak menyikat gigi. Fakta ini mengindikasikan bahwa masih terdapat kesenjangan antara pengetahuan dan praktik dalam hal menjaga kebersihan gigi dan mulut pada anak-anak. Kampanye kesehatan seperti Hari Kesehatan Gigi dan Mulut Sedunia dimanfaatkan untuk mengingatkan kembali pentingnya perilaku menyikat gigi malam. Data ini menunjukkan bahwa perilaku menyikat gigi di malam hari belum menjadi prioritas bagi sebagian besar anak dan orang tua di Indonesia (Unilever & King's College London 2020). Kampanye menyikat gigi malam juga menekankan pada pentingnya peran keluarga, terutama orang tua, dalam menanamkan kebiasaan menyikat gigi pada anak-anak. Keluarga merupakan lingkungan terdekat anak yang memiliki pengaruh besar terhadap perilaku kesehatannya. Oleh karena itu, kampanye kesehatan tidak hanya menyasar anak sebagai individu, tetapi juga mengedukasi orang tua untuk menjadi role model dalam perilaku menjaga kebersihan gigi dan mulut. Keterlibatan orang tua dalam membimbing anak menyikat gigi sebelum tidur secara konsisten terbukti meningkatkan kepatuhan anak terhadap kebiasaan tersebut (Haryanto *et al.* 2024).

2.4.2 Strategi dan Metode Kampanye Kesehatan Gigi dan Mulut

Media kampanye kesehatan merupakan alat strategis dalam penyebaran pesan kesehatan kepada masyarakat, khususnya anak usia sekolah dasar yang memiliki karakteristik belajar visual dan kinestetik kuat sehingga media yang tepat dapat mempermudah pemahaman materi edukasi kesehatan (Rahmawati *et al.* 2024). Media visual seperti poster, brosur, dan media audiovisual (audio-visual) dapat dimanfaatkan dalam meningkatkan pengetahuan serta pemahaman siswa

tentang kesehatan gigi dan mulut karena kombinasi gambar dan suara membantu menyederhanakan informasi yang kompleks (Riolina 2017). Penggunaan video animasi dan media digital dalam pendidikan kesehatan gigi juga mampu menarik perhatian siswa secara efektif serta meningkatkan motivasi dan keterlibatan mereka dalam praktik menyikat gigi yang benar. Integrasi antara media digital serta praktik langsung di kelas didukung oleh guru dapat memperkuat pesan edukasi serta membentuk kebiasaan oral hygiene yang konsisten pada anak-anak, sehingga kampanye kesehatan memberikan efek jangka panjang terhadap kesehatan gigi dan mulut mereka (Inaku *et al.* 2025)..

Selain media visual dan digital, media kampanye yang bersifat naratif seperti buku cerita anak dan *e-book* interaktif juga memiliki peran signifikan dalam membentuk kebiasaan menyikat gigi sejak dini. Cerita yang menghadirkan tokoh inspiratif atau pahlawan kecil yang rajin menyikat gigi mampu menciptakan ikatan emosional dengan anak dan mendorong perubahan perilaku secara sukarela (Ayatullissa & Nur 2026). Media kampanye yang menyentuh sisi emosional dan sosial mampu meningkatkan kemampuan berpikir kritis anak sehingga lebih efektif dibandingkan penyampaian informasi semata (Andriani *et al.* 2025). Misalnya, penggunaan cerita nyata, testimoni, atau gambar kondisi gigi yang rusak dapat menimbulkan empati serta meningkatkan kesadaran anak terhadap pentingnya tindakan preventif. Hal ini menunjukkan bahwa pemilihan media kampanye yang tepat dan sesuai dengan tahap perkembangan psikososial anak sangat menentukan keberhasilan kampanye kesehatan gigi dan mulut (Dwimega 2021).

2.5 Teknik Penyuluhan

Teknik penyuluhan kesehatan gigi dan mulut perlu disesuaikan dengan tingkat perkembangan kognitif anak sekolah dasar agar informasi yang disampaikan dapat dipahami dan diingat dengan baik, karena metode yang melibatkan visualisasi dan interaksi memberi stimulasi multi-indra yang lebih efektif dibandingkan ceramah satu arah (Magrifa *et al.* 2025). Penggunaan demonstrasi langsung seperti praktik menyikat gigi bersama atau model gigi nyata mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak dalam menyikat gigi dengan benar setelah intervensi edukasi oral health (Mendra *et al.* 2025). Selain itu, pendekatan yang mendorong partisipasi aktif anak, termasuk simulasi, permainan edukatif, atau metode *peer-led* (anak mengedukasi teman sebaya), dapat memperkuat pemahaman serta membentuk kebiasaan *oral hygiene* yang konsisten pada anak (Yuliani *et al.* 2025).

Dalam pendekatan edukasi sebaya, anak-anak yang telah memahami materi diberikan kesempatan untuk membagikan pengetahuan tersebut kepada teman sebayanya melalui presentasi atau kegiatan kelompok kecil, sehingga meningkatkan keterlibatan dan pemahaman mereka secara lebih mendalam (Kamelia *et al.* 2023). Metode ini dinilai lebih persuasif karena dapat meningkatkan rasa percaya diri serta motivasi anak dalam mengikuti pembelajaran kesehatan gigi dan mulut, sementara teknik penyuluhan yang bersifat rekreatif seperti kuis, permainan peran, lomba menyikat gigi, dan media audio-visual sehingga mampu membentuk perilaku kesehatan gigi dan mulut yang positif (Mendra *et al.* 2025). Pendekatan yang menyenangkan dan variatif ini, termasuk penggunaan video animasi atau lagu edukasi, tidak hanya meningkatkan keterlibatan siswa secara

aktif, tetapi juga memperkuat perubahan perilaku menyikat gigi secara berkelanjutan (Harahap *et al.* 2025).

2.5.1 Peran Guru dan Orang Tua dalam Kampanye Kesehatan

Guru memiliki peran strategis sebagai agen perubahan dalam kampanye kesehatan gigi dan mulut di lingkungan sekolah karena berinteraksi langsung dengan siswa setiap hari, sehingga dapat memengaruhi perilaku dan kebiasaan mereka secara konsisten (Aldilawati *et al.* 2025). Peran guru tidak hanya terbatas pada penyampaian materi akademik, tetapi juga sebagai teladan dan fasilitator dalam membentuk perilaku hidup sehat pada anak usia sekolah. Guru dapat mengintegrasikan pendidikan kesehatan gigi dan mulut ke dalam pembelajaran tematik serta mengadakan kegiatan praktik langsung seperti menyikat gigi bersama setelah jam makan siang, sehingga pengalaman belajar menjadi lebih nyata dan berkesan bagi siswa. Melalui keterlibatan aktif guru dalam kegiatan tersebut, siswa akan lebih mudah memahami pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut secara rutin (Mendra *et al.* 2025). Penelitian menunjukkan bahwa guru yang konsisten memberikan edukasi dan penguatan perilaku menyikat gigi mampu meningkatkan pemahaman dan kebiasaan positif siswa dalam menjaga kesehatan mulutnya (Harahap *et al.* 2025).

Selain peran guru, orang tua memiliki tanggung jawab besar dalam memperkuat pembiasaan menyikat gigi yang dimulai dari lingkungan rumah (Enggarwati 2024). Anak-anak cenderung meniru perilaku orang tua, sehingga keteladanan dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut sangat memengaruhi pembentukan kebiasaan anak (Rizaldy, Susilawati & Suwargiani 2017). Orang tua juga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung dengan menyediakan sikat

dan pasta gigi yang sesuai serta menetapkan jadwal rutin menyikat gigi sebelum tidur. Keterlibatan aktif orang tua dalam program edukasi kesehatan gigi, seperti Gerakan Gosok Gigi (GEROGI), terbukti mendorong perubahan perilaku anak ke arah yang lebih baik. Kolaborasi yang harmonis antara guru dan orang tua akan menciptakan pesan yang konsisten dan dukungan berkelanjutan sehingga anak lebih mudah membentuk kebiasaan menyikat gigi secara rutin dan berkelanjutan (Riolina 2017).

2.6 Perilaku Kesehatan

Perilaku kesehatan merupakan segala bentuk aktivitas atau tindakan individu, baik secara sadar maupun tidak sadar, yang bertujuan untuk mempertahankan, meningkatkan, atau bahkan memperburuk kondisi kesehatannya, mencakup aspek seperti pola makan, aktivitas fisik, dan praktik kebersihan pribadi termasuk menyikat gigi secara teratur (Capurro *et al.* 2026). Pada anak-anak, perilaku kesehatan sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, pendidikan, serta pengetahuan yang dimiliki orang tua dan anak mengenai kesehatan gigi dan mulut, sehingga orang tua dengan literasi kesehatan gigi dan mulut yang lebih tinggi cenderung memiliki anak dengan kebiasaan menyikat gigi yang lebih baik. (Khodadadi *et al.* 2016) Anak yang tidak memperoleh pengetahuan yang cukup mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut cenderung memiliki kebiasaan buruk, seperti malas menyikat gigi, yang dapat berhubungan dengan kejadian karies gigi pada usia sekolah dasar (Yunus *et al.* 2025).

Secara umum, perilaku kesehatan dapat dibedakan menjadi perilaku sehat, perilaku sakit, dan perilaku peran orang sakit yang masing-masing berkaitan dengan upaya pencegahan, pencarian pengobatan, serta proses penyembuhan penyakit

(Rahmawati *et al.* 2011). Dalam konteks kesehatan gigi dan mulut, perilaku sehat diwujudkan melalui kebiasaan menyikat gigi secara teratur, sedangkan perilaku sakit terlihat dari upaya mencari perawatan saat mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut (Hulopi *et al.* 2025). Pendekatan edukatif seperti ceramah, demonstrasi menyikat gigi, serta penggunaan media poster dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak mengenai pentingnya perawatan gigi dan mulut. Selain peran keluarga, guru di sekolah juga memiliki kontribusi besar dalam membentuk perilaku kesehatan siswa melalui keteladanan dan integrasi materi kesehatan dalam pembelajaran. Keterlibatan aktif guru dalam edukasi kesehatan gigi dan mulut berkaitan dengan peningkatan motivasi serta kebiasaan menyikat gigi siswa, khususnya pada waktu malam hari (Aldilawati *et al.* 2025).

2.6.1 Perubahan Perilaku

Perubahan perilaku merupakan suatu proses berkelanjutan yang melibatkan perubahan pola pikir, sikap (perasaan), dan tindakan (perilaku) individu menuju kebiasaan yang lebih sehat. Pada anak usia sekolah dasar, perubahan perilaku sangat dipengaruhi oleh faktor edukasi, lingkungan, serta contoh yang diberikan oleh orang-orang di sekitarnya, baik di rumah maupun di sekolah (Zakiyah *et al.* 2024). Edukasi kesehatan gigi dan mulut, seperti pengenalan cara menyikat gigi yang benar, menjadi langkah awal yang penting dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini (Febriya *et al.* 2025). Program edukatif yang diberikan secara terstruktur dapat membantu anak memahami pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut serta mendorong penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Program Gerakan Gosok Gigi (GEROGI) yang digagas oleh Menteri Kesehatan dalam rangka menyambut Hari Kesehatan Gigi dan Mulut Nasional dilaporkan

mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya kebersihan gigi dan mulut sekaligus membiasakan praktik menyikat gigi yang benar dalam rutinitas harian anak (Peerbhay *et al.* 2025).

Perubahan perilaku kesehatan tidak hanya bertujuan mencegah penyakit, tetapi juga untuk mencapai kondisi kesehatan yang optimal baik secara fisik maupun mental. Program intervensi yang dirancang dengan baik akan memberikan dampak pada perilaku kesehatan yang lebih konsisten dan berkelanjutan, khususnya pada anak usia sekolah (Thaifur 2024). Salah satu pendekatan yang efektif dalam pendidikan kesehatan adalah penggunaan media pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan anak, sehingga materi lebih mudah dipahami dan diingat (Wijayanti 2023). Penggunaan media model dinilai lebih efektif dibandingkan media presentasi seperti *power point* karena memberikan gambaran konkret mengenai cara menyikat gigi yang benar. Pengetahuan yang baik memiliki hubungan yang signifikan dengan perubahan sikap dan perilaku menyikat gigi, dimana anak dengan tingkat pengetahuan lebih tinggi cenderung menunjukkan kebiasaan menyikat gigi secara teratur, terutama sebelum tidur, sehingga berdampak positif terhadap kebersihan gigi dan mulut (Febriana & Husain 2023).

2.6.2 Teori Perubahan Perilaku

Berbagai teori telah dikembangkan untuk memahami bagaimana perilaku kesehatan dapat dibentuk, diubah, dan dipertahankan dalam jangka panjang. Teori-teori perubahan perilaku memiliki peran penting dalam perancangan program intervensi kesehatan karena mampu menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi keputusan individu dalam berperilaku sehat (Ariwati *et al.* 2024). Salah satu pendekatan dalam mendorong perubahan perilaku pada anak usia sekolah dasar

adalah penggunaan media edukatif yang menarik, seperti video animasi, karena sesuai dengan karakteristik perkembangan kognitif anak (Imamah, Dewi & Ulfa 2023). Implementasi video animasi dalam pendidikan kesehatan gigi dan mulut dilaporkan mampu meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pencegahan karies gigi secara signifikan serta meningkatkan ketertarikan anak terhadap materi pembelajaran (Jumriani *et al.* 2025). Media visual yang interaktif juga membantu menyampaikan informasi kesehatan gigi dan mulut secara lebih mudah dipahami dan mendorong anak untuk mulai menerapkan perilaku menjaga kebersihan gigi dan mulut dalam kehidupan sehari-hari (Pargaputri, Maharani & Patrika 2023).

Teori perubahan perilaku seperti *Health Belief Model*, *Theory of Planned Behavior*, dan *Social Cognitive Theory* telah banyak digunakan sebagai landasan dalam pengembangan program promosi kesehatan gigi dan mulut. Teori-teori tersebut menjelaskan bahwa persepsi individu terhadap risiko penyakit, manfaat tindakan pencegahan, serta pengaruh lingkungan sosial sangat memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan (Syulistia *et al.* 2025). Dalam konteks anak usia sekolah dasar, penerapan teori perubahan perilaku menjadi sangat penting karena masa ini merupakan periode pembentukan kebiasaan yang dapat bertahan hingga dewasa (Zakiyah *et al.* 2024). Edukasi kesehatan Susanti *et al.* (2025) yang dikombinasikan dengan media visual, sosialisasi, dan praktik langsung seperti menyikat gigi bersama terbukti mampu meningkatkan pemahaman serta membentuk perilaku yang lebih konsisten dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Pendekatan edukasi yang disesuaikan dengan karakteristik usia sasaran, seperti penggunaan poster, dan kegiatan praktik, dinilai lebih efektif dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat pada anak (Krisnasari *et al.* 2025).

2.7 Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak

Kesehatan gigi dan mulut merupakan aspek penting dari kesehatan umum anak yang berdampak langsung pada pertumbuhan, perkembangan, dan kualitas hidup mereka. Kesehatan gigi dan mulut merupakan faktor krusial dalam pertumbuhan anak karena berfungsi sebagai penjaga ruang (*space maintainer*) bagi gigi permanen dan menentukan kualitas asupan nutrisi melalui fungsi pengunyahan yang optimal (Larasati *et al.* 2025). Namun, data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi karies gigi pada anak usia dini di Indonesia masih sangat tinggi, yakni mencapai 93%, dengan masalah utama berupa karies dan penyakit periodontal yang sering kali dipicu oleh rendahnya kesadaran menyikat gigi pada waktu yang tepat (Kemenkes RI 2019). Tanpa intervensi yang tepat, kondisi ini tidak hanya menyebabkan nyeri kronis tetapi juga mengganggu konsentrasi belajar dan kehadiran siswa di sekolah (WHO 2022). Anak-anak dengan masalah gigi seperti gigi berlubang atau radang gusi dapat mengalami kesulitan dalam makan, tidur, hingga menurunnya kepercayaan diri (Theresia *et al.* 2022). Oleh karena itu, menjaga kebersihan gigi dan mulut sejak dini merupakan bentuk pencegahan primer yang sangat esensial. Mengajarkan anak-anak menyikat gigi minimal dua kali sehari sejak usia dini terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan hidup sehat dan mencegah karies gigi (Saputri & Fadilah 2025). Salah satu solusi untuk mengatasi kondisi ini adalah melalui program promotif dan preventif di sekolah yang dirancang secara terstruktur dan berkelanjutan (Wahyuni *et al.* 2026).

Kampanye kesehatan gigi dan mulut di sekolah terbukti meningkatkan pengetahuan serta keterampilan siswa dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut

melalui kombinasi ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung termasuk pemahaman tentang waktu yang tepat menyikat gigi dan teknik yang benar (Comdev 2024). Program edukasi kesehatan gigi dan mulut yang melibatkan siswa, orang tua, dan guru mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan terkait kesehatan gigi dan mulut secara signifikan, menunjukkan pentingnya kolaborasi keluarga dan sekolah dalam menguatkan kebiasaan hidup bersih (Zakiyah *et al.* 2024). Peran orang tua di rumah sangat penting dalam membimbing anak menerapkan kebiasaan menyikat gigi secara konsisten, karena orang tua berada dalam posisi strategis untuk membentuk sikap dan praktik kebersihan gigi dan mulut sejak usia dini (Apro *et al.* 2020).

Pelaksanaan program Sosialisasi Kesehatan Gigi dan Mulut di Sekolah (SOKMURSA) dapat meningkatkan pemahaman anak mengenai cara menyikat gigi yang baik, sekaligus membangun kesadaran mereka akan pentingnya merawat kesehatan gigi dan mulut secara teratur (Andriani *et al.* 2025). Kegiatan edukatif terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan sehat, termasuk dalam hal menyikat gigi. Edukasi yang dilakukan secara terstruktur dan berulang dapat menanamkan pemahaman dan keterampilan pada anak, terutama dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Menurut Rizaldy *et al.* (2017), edukasi tentang frekuensi menyikat gigi yang tepat, yaitu dua kali sehari, secara signifikan meningkatkan perilaku menyikat gigi anak dan berdampak langsung pada kebersihan gigi dan mulut mereka. Ini menegaskan bahwa pembiasaan sejak dini dengan pendekatan edukatif dapat menciptakan perubahan perilaku jangka panjang dalam anak.

2.7.1 Pentingnya Menyikat Gigi Malam pada Anak Usia Sekolah

Menyikat gigi sebelum tidur memiliki peran penting dalam menjaga kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut, terutama pada anak usia sekolah. Pada malam hari, produksi air liur menurun secara alami sehingga mulut menjadi lebih kering dan bakteri lebih mudah berkembang biak apabila sisa makanan tidak dibersihkan, sehingga menyikat gigi di malam hari membantu mengurangi risiko terbentuknya bakteri penyebab karies dan penyakit gusi. Kampanye kesehatan gigi dan mulut yang dilakukan di lingkungan sekolah memberikan pengaruh positif terhadap perilaku menyikat gigi anak, terutama jika kegiatan dilakukan secara menyenangkan dan melibatkan media visual yang dapat meningkatkan pengetahuan serta keterampilan anak dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut (Crismoni 2026). Studi deskriptif menunjukkan bahwa anak-anak yang terbiasa menyikat gigi malam sebelum tidur memiliki status kebersihan gigi dan mulut yang lebih baik dibanding yang tidak menyikat gigi sama sekali, menunjukkan manfaat praktik ini terhadap kebersihan rongga mulut secara keseluruhan (Sampakang 2024). Oleh karena itu, menyikat gigi di malam hari bukan hanya rutinitas, tetapi juga merupakan kebiasaan penting yang dapat mengurangi risiko masalah kesehatan gigi dan mulut, serta mendukung kebiasaan hidup bersih yang berdampak positif pada kesehatan jangka panjang anak (Febriya *et al.* 2025).

Selain aspek fisik, menyikat gigi sebelum tidur juga berdampak pada psikologis anak. Anak yang memiliki kebiasaan menjaga kebersihan gigi dan mulut cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi, karena mereka terhindar dari bau mulut dan masalah gigi yang mengganggu (Dharmajana 2024). Pendidikan kesehatan oral dapat meningkatkan kesadaran anak terhadap praktik

kebersihan gigi dan mulut yang benar, yang berdampak positif pada perilaku menyikat gigi serta meningkatkan sikap dan kepuasan diri terhadap kesehatan giginya (Comdev 2024). Penelitian intervensi edukatif di sekolah dasar menemukan bahwa penggunaan media edukasi, demonstrasi, dan praktik langsung efektif meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi anak dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut karena anak-anak akan lebih mudah menerima dan menerapkan informasi jika disampaikan melalui pendekatan yang sesuai dengan usia dan dunia mereka (Taheri *et al.* 2025).

2.7.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi Perilaku Menjaga Kebersihan Gigi dan Mulut

a. Faktor Individu (Pengetahuan, Sikap, dan Kebiasaan)

Perilaku menjaga kebersihan gigi dan mulut pada anak usia sekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor individu, terutama pengetahuan, sikap (perasaan), persepsi (cara pandang), dan kebiasaan yang terbentuk sejak dini. Pengetahuan yang memadai mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut dapat mendorong anak untuk melakukan tindakan preventif seperti menyikat gigi secara teratur, namun pengetahuan tersebut perlu didukung oleh persepsi yang positif dan motivasi (dorongan untuk bertindak) agar dapat diwujudkan dalam perilaku nyata (Haryanto *et al.* 2024). Penelitian terkini menunjukkan bahwa persepsi dan motivasi memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dibandingkan sikap semata, terutama pada anak usia sekolah dasar. Anak yang memiliki persepsi positif terhadap manfaat menyikat gigi cenderung lebih konsisten

dalam menjaga kebersihan gigi dan mulutnya (Putri & Maimaznah 2021). Pembentukan kebiasaan menyikat gigi secara rutin sejak usia dini menjadi faktor penting dalam menurunkan risiko karies dan gangguan kesehatan gigi dan mulut di kemudian hari (Merita *et al.* 2025).

b. Faktor Lingkungan (Keluarga, Sekolah, dan Media)

Lingkungan sekitar anak, seperti keluarga, sekolah, dan media, juga berperan besar dalam membentuk perilaku menjaga kebersihan gigi dan mulut. Keluarga, khususnya orang tua, menjadi lingkungan pertama yang memberikan contoh dan pembiasaan dalam praktik menyikat gigi sehari-hari, sehingga tingkat pengetahuan dan kebiasaan orang tua sangat memengaruhi perilaku anak (Eny 2023). Sekolah turut berkontribusi melalui program edukasi kesehatan gigi dan mulut, penyuluhan, serta peran guru sebagai teladan dalam membangun perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa. Selain itu, media massa dan media sosial semakin berperan dalam menyampaikan pesan kesehatan gigi dan mulut melalui kampanye edukatif yang menarik dan mudah dipahami anak (Mendra *et al.* 2025). Kampanye kesehatan gigi dan mulut berbasis media secara berkelanjutan mampu meningkatkan kesadaran sebagai upaya membentuk kebiasaan menjaga kebersihan gigi dan mulut pada anak usia sekolah (Febriya *et al.* 2025).

2.8 Penelitian Terdahulu yang Relevan

2.8.1 Penelitian tentang Kampanye Menyikat Gigi

Penelitian mengenai kampanye menyikat gigi secara konsisten menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif dalam meningkatkan kesadaran anak-

anak mengenai pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut. Studi oleh (Andriani et al. 2025), menyoroti keberhasilan program Sosialisasi Kesehatan Gigi dan Mulut di Sekolah (SOKMURSA) yang tidak hanya menyampaikan informasi melalui ceramah, tetapi juga melibatkan anak-anak dalam praktik langsung menyikat gigi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode kombinasi antara teori dan praktik mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya menyikat gigi di malam hari, sekaligus memperkuat kebiasaan menjaga kesehatan gigi dan mulut secara mandiri (Andriani *et al.* 2025). Selain itu, efektivitas kampanye kesehatan juga terlihat dari pendekatan berulang dan konsisten dalam menyampaikan pesan kesehatan gigi dan mulut (Ayatullissa & Nur 2026).

Penelitian lainnya menemukan bahwa adanya pengulangan edukasi dan keterlibatan langsung melalui praktik berkelompok mampu meningkatkan kepatuhan siswa dalam menyikat gigi dua kali sehari. Hal ini menunjukkan bahwa kampanye kesehatan tidak cukup dilakukan sekali, tetapi perlu dijalankan secara kontinu agar pesan tertanam dengan baik dalam perilaku anak (Inaku *et al.* 2025). Penelitian lain menambahkan bahwa penggunaan pendekatan visual dan praktik langsung, seperti demonstrasi dan media interaktif, lebih efektif dibandingkan metode satu arah seperti ceramah biasa (Rahmawati *et al.* 2011). Edukasi melalui media gambar, simulasi, dan pelibatan langsung anak dalam kegiatan menyikat gigi menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan menyenangkan, serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan partisipatif dan edukatif yang sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dalam menyukseskan kampanye kesehatan gigi dan mulut (Crismoni 2026).

2.8.2 Penelitian tentang Perubahan Perilaku Anak Sekolah

Penelitian mengenai perubahan perilaku anak sekolah dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut menunjukkan bahwa pengetahuan yang diperoleh melalui edukasi berperan penting dalam memengaruhi sikap dan tindakan anak, mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswa dengan kebiasaan menyikat gigi secara benar (Sihombing *et al.* 2026). Dalam penelitian tersebut, anak-anak yang memiliki pemahaman lebih tinggi mengenai pentingnya menyikat gigi dua kali sehari cenderung menunjukkan perilaku yang lebih baik dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang meningkatkan pengetahuan dasar tentang kesehatan gigi dan mulut sangat krusial untuk menciptakan perubahan perilaku jangka panjang (Puspitaningrum *et al.* 2026). Metode penyampaian materi edukatif juga menjadi faktor penting dalam menciptakan perubahan perilaku anak (Dwimega 2021).

Penelitian dilaksanakan dengan menggunakan media video animasi sebagai alat bantu edukasi dalam program kesehatan gigi dan mulut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang belajar melalui media animasi mengalami peningkatan signifikan dalam praktik menyikat gigi, khususnya pada malam hari sebelum tidur. Media yang menarik secara visual ini dinilai lebih mudah dipahami dan diingat oleh anak-anak, sehingga membantu mereka menginternalisasi kebiasaan sehat dengan lebih efektif (Muawwanah *et al.* 2026). Inovasi dalam penyampaian materi juga terbukti memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan edukasi kesehatan gigi dan mulut. Penggunaan alat peraga model (seperti replika mulut dan sikat gigi) dan media interaktif lainnya terbukti lebih efektif dalam membentuk perubahan perilaku dibandingkan media presentasi statis seperti *slide*

PowerPoint (Harahap *et al.* 2025). Anak-anak yang mengikuti penyuluhan dengan media interaktif tersebut lebih aktif berpartisipasi dan menunjukkan peningkatan signifikan dalam kebiasaan menyikat gigi yang benar. Penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan edukatif yang interaktif dan sesuai dengan gaya belajar anak untuk memaksimalkan perubahan perilaku kesehatan (Fadillah *et al.* 2025).

2.9 Perubahan Perilaku Kesehatan Menyikat Gigi

Perubahan perilaku kesehatan merupakan suatu proses bertahap yang terjadi melalui peningkatan pengetahuan, pembentukan sikap, dan perubahan tindakan individu ke arah perilaku yang lebih sehat. Perilaku kesehatan tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui proses belajar dan pengalaman yang berlangsung secara berulang (Notoatmodjo 2021). Pada anak usia sekolah dasar, perubahan perilaku sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam memahami informasi kesehatan serta menginternalisasikan kebiasaan yang diperoleh (Kemenkes RI 2019). Intervensi edukasi kesehatan gigi dan mulut yang diberikan secara sistematis terbukti mampu meningkatkan kepatuhan anak dalam menerapkan perilaku menyikat gigi dengan benar (Enggarwati. 2024).

Pengetahuan merupakan faktor awal yang berperan penting dalam proses perubahan perilaku kesehatan. Individu yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik cenderung menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap suatu perilaku kesehatan (Notoatmodjo 2021). Pemahaman anak mengenai manfaat menyikat gigi sebelum tidur dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut (Aqidatunisa *et al.* 2022). Kesadaran tersebut kemudian mendorong munculnya niat untuk mempraktikkan kebiasaan menyikat gigi malam secara rutin sebagai bagian dari perilaku sehari-hari (Sihombing *et al.* 2026).

Perubahan perilaku awal pada anak umumnya dapat mulai terlihat setelah edukasi kesehatan gigi dan mulut dilakukan secara intensif selama 4–8 minggu. Pada periode ini terjadi peningkatan frekuensi dan keteraturan menyikat gigi, meskipun perilaku tersebut belum sepenuhnya menetap (Sihombing *et al.* 2026). Untuk membentuk kebiasaan yang lebih permanen, diperlukan waktu sekitar 21 hingga 90 hari dengan pengulangan perilaku secara konsisten (Notoatmodjo 2021). Proses pengulangan ini memungkinkan perilaku menyikat gigi malam tertanam sebagai kebiasaan yang dilakukan secara otomatis (Enggarwati 2024).

Keberhasilan perubahan perilaku menyikat gigi ditentukan oleh kemampuan individu dalam mempertahankan kebiasaan yang telah terbentuk. Perilaku kesehatan yang dilakukan secara konsisten akan membentuk pola kebiasaan yang menetap dan berkontribusi terhadap peningkatan status kesehatan gigi dan mulut (Aqidatunisa *et al.* 2022). Selain itu, perilaku yang telah menjadi kebiasaan cenderung dilakukan tanpa paksaan dan memiliki tingkat kepatuhan yang lebih tinggi (Notoatmodjo 2021). Dengan demikian, perubahan perilaku menyikat gigi malam pada anak usia sekolah dasar dapat tercapai apabila proses pembiasaan dilakukan secara berkelanjutan (Sihombing *et al.* 2026).